Penerbitan PVVD
Kisah
Inspiratif
Puteri
Budha

KISAH INSPIRATIF PUTERI BUDDHA

Free Distribution Only

Penerbitan PVVD

2012

Pustaka 34 Penerbitan PVVD
Kisah Inspiratif Puteri Buddha

Penerjemah
Tim Penerbitan PVVD
Widya Putra - Fernandy- Rini Oktaviani - Kania Soekanta - Paramita Tjahjadi - Vanessa Marcellina - Andy Wiranata Wijaya

Penyunting
Leon Abirawa - Widya Putra - Andy Wiranata Wijaya - Andrian Hartanto Limongan

Penyelaras Akhir
Nyanabhadra

Penata Letak
Andrian Hartanto Limongan

Perancang Sampul
Lilia Wati

14.5cm x 21cm: vi + 80 hlm.
Cetakan I : Februari 2012

Penerbitan PVVD
Jl. Ir. H. Djuanda No.5 Bandung 40116 – Jawa Barat
Telp. (022) 4238696
e-mail: penerbitanpvvd@yahoo.com

Acknowledgement

Terima kasih kepada editor buku ini, Leon Abirawa, Widya Putra, Andy Wiranata Wijaya dan Nyanabhadra. Berkat kerja keras mereka, bahasa dalam buku ini menjadi baku dan lebih mudah dimengerti. Saya juga ingin berterimakasih kepada Tim Penerjemah buku ini: Widya Putra, Fernandy, Rini Oktaviani, Kania Soekanta, Paramita Tjahjadi, Vanessa Marcellina, Andy Wiranata Wijaya. Mereka sangat membantu proses penerbitan buku ini dengan menerjemahkan teks Inggris menjadi teks Indonesia.

Terima kasih kepada Lilia Wati yang telah membuat desain cover depan dan belakang yang sangat bagus dan menarik bagi buku ini.

Secara khusus, saya mengucapkan terima kasih kepada Widya Putra dan Andy Wiranta Wijaya, karena telah membimbing saya dengan sangat baik dalam segala hal mengenai penerbitan buku ini. Ini merupakan pelajaran yang sangat berharga bagi saya.

Saya memberikan apresiasi yang setinggi-tingginya kepada para donatur buku ini. Sehingga buku ini dapat terbit dan sampai ke tangan para dutadharma sekalian. Saya yakin segenap kebajikan; sekecil apapun akan dapat menjadi cahaya yang akan bersinar di kegelapan, memberi kebahagiaan bagi semua.

Terakhir, saya berterima kasih kepada Anda, para Dutadharma, yang telah membuat buku ini menjadi berharga dan bermanfaat; serta kepada semua makhluk yang telah memberikan dukungan secara langsung maupun tidak langsung hingga terbitnya buku ini.

Anumodana,

Andrian Hartanto Limongan
Penerbitan PVVD

Daftar Isi

KETUA PEMUDA VIHARA VIMALA DHARMA

Namaste Svati Hottu,

Sungguh berbahagia akhirnya buku “Kisah Inspiratif Putri Buddha” dapat diterbitkan dan sampai di tangan para pembaca. Saya menyadari bahwa proses penerbitan satu buku bukanlah pekerjaan yang mudah seperti membalikkan telapak tangan, melainkan suatu pekerjaan yang membutuhkan kerja keras dan pengorbanan yang tidak sedikit. Oleh karena itu, saya ingin memberikan apresiasi yang setinggi-tingginya kepada tim penerbitan, para donator, dan pihak-pihak yang telah terlibat dalam penerbitan buku ini baik, secara langsung maupun tidak langsung.

Ajaran Buddha merupakan ajaran yang universal, semua orang dapat mempelajari, mempraktekkan dan mencapainya, tidak memandang usia, jenis kelamin, status sosial, dan lain sebagainya. Dalam buku ini, kita dapat belajar dhamma dari sudut pandang para biksuni yang telah mencapai tingkat kesucian Arahat pada zaman Buddha.

Selamat membaca dan mempraktikkan Dhamma yang indah pada awalnya, pertengahan dan akhirnya. Semoga buku ini dapat memberikan inspirasi yang dapat menuntun kita semua mencapai kebahagiaan sejati. Semoga berkat jasa kebajikan ini, semua makhluk turut berbahagia dan dapat membahagiakan orang lain.

Mettacitena,

Widya Putra

(Ketua PVVD 2011-2012)

PENERBITAN PVVD

Sekuntum Teratai untuk Anda semua para calon Buddha,

Sungguh berbahagia, setelah melalui tahap penerjemahan dan penyusunan selama hampir dua tahun, akhirnya buku “Kisah Inspiratif Puteri Buddha” ini dapat terbit dan berada di tangan saudara-saudara se-Dharma. Pada mulanya buku ini berjudul” Inspirasi Kehidupan”, namun dengan adanya beberapa pertimbangan, maka judul buku ini pun diganti menjadi “Kisah Inspiratif Puteri Buddha”. Sajak-sajak para bhikkuni yang telah tercerahkan pada zaman Sang Buddha, para pengikut Jalan Mulia Beruas Delapan, dalam buku ini bagaikan puteri Sang Bhagava yang menjadi inspirasi bagi semua makhluk di alam semesta. Sajak-sajak dalam buku ini dapat membantu kita mengembangkan moralitas (*Sîla),* konsentrasi (*Samâdhi*), kebijaksanaan(*Panna*), yang merupakan tiga bagian dari Jalan Mulia Beruas Delapan.

Mempelajari Dharma adalah hal yang sungguh indah dan akan jauh lebih bermanfaat jika Dharma tersebut dijalankan dalam kehidupan sehari-hari. Semoga buku “KIsah Inspiratif Puteri Buddha” ini dapat benar-benar menginspirasi saudara-saudara se-Dharma untuk dapat lebih menambah khazanah pengetahuan kita mengenai Buddha Dharma dan kita pun dapat terbebas dari kebodohan batin.

Selamat membaca. Selamat belajar dan berlatih. Semoga kita semua dapat segera merealisasikan pencerahan. Semoga jasa kebaikan yang telah kita perbuat dapat melimpah kepada semua makhluk, agar semua makhluk bebas dari penderitaan. Semoga semua mahkluk berbahagia.

Mettacittena,

Andrian Hartanto Limongan

Koordinator Penerbitan 2011-2012

I. KISAH-KISAH LATAR BELAKANG PUISI

Kitab-kitab komentar zaman dulu memberikan kita informasi tentang latar belakang masing-masing biarawati-biarawati dan juga menjelaskan puisi-puisi yang dibahas disini. Dua tema pokok yang relevan bagi siswa Dharma masa kini mengalir dalam cerita-cerita ini: (1). Betapa lamanya kita semua terjebak dalam *samsara*, lingkaran kelahiran dan kematian; dan (2). Berlakunya hukum kamma, hukum sebab akibat yang berlaku untuk semua orang, yang membawa wanita-wanita ini mengenal ajaran Buddha dalam kehidupan ini, yang merupakan siklus lahir dan mati yang terakhir bagi mereka.

Lamanya Waktu Kita di Samsara

Pada kitab komentar pali yang asli, kisah-kisah para biarawati tersebut dimulai dari cerita-cerita tentang kehidupan masa lampau mereka beribu-ribu tahun sebelum kelahiran mereka yang terakhir pada masa Buddha Gotama. Kita dapat membaca bagaimana selama berabad-abad wanita-wanita ini hidup bergantung pada *kamma* mereka, dan bagaimana mereka menciptakan *kamma* baru yang kuat berlandaskan kebijaksanaan mereka, yang akhirnya memuncak pada tercapainya tataran kesucian tertinggi, *Arahat*, yang telah sadar

penuh. Masing-masing wanita – atau, lebih tepatnya, tiap kumpulan agregat kehidupan (*Panca Khanda*) – harus mengalami penderitaan, baik dalam bentuk halus ataupun kasar, untuk waktu yang sangat lama sebelum ia menjadi siap untuk memperoleh pencerahan sempurna. Akan tetapi akhirnya ia melepaskan semua kemelekatan dan terbebaskan dari keinginan untuk kembali lahir dan menderita, pada alam manapun juga.

Meditator Vipassana yang sedang berusaha mengembangkan pemahaman serupa mengenai sifat sejati kenyataan dapat menemukan inspirasi jika mereka menerapkan kisah-kisah ini dalam kehidupan mereka masing-masing. Ketika kita sudah menyadari betapa lamanya kita sendiri sudah mengembara dalam ketidaktahuan, terus menerus menciptakan lebih dan lebih banyak lagi *kamma-kamma* buruk, kita akan dapat tetap sabar ketika upaya awal kita untuk melatih batin cenderung terputus-putus atau gagal. Beberapa biksuni yang mempunyai cukup *paramita* – kebajikan yang dikumpulkan di kehidupan lampau – bahkan untuk mencapai *Arahat*, masih harus menempuh upaya yang sulit bahkan kadang-kadang nampaknya sia-sia selama bertahun-tahun sebelum mereka mencapai tataran tersebut.

Sebagai contoh, Siha yang memasuki Sangha sebagai seorang gadis belia tetapi tidak bisa belajar menahan

ketertarikan pikirannya pada objek duniawi selama tujuh tahun. Seorang biarawati lain berupaya selama 25 tahun tapi tetap tidak menemukan perasaan damai yang berarti dikarenakan kemelekatan yang kuat akan nafsu inderawi. Akan tetapi, kedua biksuni ini, ketika semua kondisi yang sesuai terpenuhi, akhirnya tahu bahwa segala kesabaran dan upaya berkelanjutan yang mereka lakukan membuahkan hasil yang sangat manis. Demikian juga halnya dengan kita, jika kita tekun dan secara disiplin terus mempraktekkan Jalan Mulia Berfaktor Delapan sampai kita menjadi Ariya, yang tercerahkan. Ketika kita sudah mencapainya, kita yakin bahwa kita benar-benar telah melenyapkan sebab-sebab dari dukkha.

Dengan berupaya hidup sesuai dengan Dhamma dan memahami sifat sejati alam samsara, kita mulai mengembangkan kecenderungan mental yang baik, *kamma* yang akan memiliki efek baik dalam kehidupan masa yang akan datang ataupun pada kehidupan kita saat ini. Kemudian, upaya berkelanjutan menuju pembebasan akan menjadi lebih mudah dan alami karena, sejalan dengan menghilangnya ketidaktahuan dan kekotoran batin lain melalui meditasi vipassana, pikiran kita menjadi makin dikondisikan oleh kebijaksanaan (*Paññâ*). Mengingat kembali betapa lamanya waktu yang sudah kita

habiskan, dan betapa banyaknya tindakan disertai niat (*kamma*) baik yang sudah kita kumpulkan selama itu, akan membantu kita menjaga upaya pemurnian diri tetap stabil dan kuat.

Kisah-kisah tumimbal lahir ini, yang mengilustrasikan penderitaan tanpa henti yang harus dijalani semua makhluk selama dalam siklus samsara, juga dapat mendorong kita untuk berusaha keras dalam praktik dan studi Dhamma. Dengan mengerti aspek pertama dari Empat Kebenaran Mutlak yang penting ini mendorong kita untuk berupaya keras mengatasi penderitaan dengan cara memandang secara jelas — menembus dan mencabut akar dari penyebabnya, yang berdasarkan ajaran Buddha adalah nafsu keinginan dan ketidaktahuan.

Biksuni Sumedha, dalam puisinya, mengulang salah satu instruksi Buddha yang manjur untuk menghilangkan sumber arus penderitaan yang tak henti-hentinya, yang telah mengalir deras dalam kehidupan kita sebelumnya, dan jika tidak dihentikan akan terus berlanjut dimasa yang akan datang sampai waktu yang tak terbatas. Sumedha memohon kepada orang tua dan tunangannya agar mereka membiarkannya masuk komunitas Sangha Monastik dan tidak memaksanya menikah:

> *Perjalanan ini sangatlah panjang bagi mereka yang bodoh dan mereka yang menyesal dan menyesal lagi atas apa yang tanpa awal dan akhir, atas kematian seorang ayah, terbantainya seorang saudara, dan tewasnya diri sendiri.*
>
> *Ingatlah air mata, air susu, darah, dan perjalanan sebagai makhluk tanpa awal dan akhir; ingatlah tumpukan tulang makhluk-makhluk yang terus berjalan.*
>
> *Ingatlah empat samudera yang dapat dibandingkan dengan air mata, air susu dan darah, ingatlah tumpukan tulang (seorang manusia) selama satu kalpa, (yang) setara (ukurannya) dengan gunung Vepula.*

(vv. 495 -497)

"Perjalanan ini" adalah *samsara*. Pada baris yang dimulai dengan "*Ingatlah empat samudera yang dapat dibandingkan*" Sumedha sedang mengingatkan keluarganya akan ceramah yang pernah mereka dengar dari Buddha. Kita masing-masing, dikatakan Buddha, telah meneteskan samudera air mata yang luas karena kehilangan orang yang dicintai dan karena rasa takut akan kematian diri sendiri sepanjang terjadinya suksesi agregat kehidupan yang

muncul dan menghilang sepanjang samsara terus berputar. Selama berkali-kali siklus tumimbal lahir ini, sebagaimana yang tertulis di syair ini, kita telah minum air susu ibu sebanyak lautan, dan darah yang tumpah saat kematian tragis mengakhiri hidup kita juga tak terhitung jumlahnya. Padahal, pengalaman mati dengan tragis sekali saja sudah menimbulkan penderitaan yang begitu besar. Buddha memahami semuanya dengan kebijaksanaannya dan menjelaskannya dengan jelas kepada para pengikutnya.

Luasnya *samsara* yang kita sendiri alami sebelum mengenal Dhamma dalam kehidupan ini dapat dengan mudah digambarkan dari kisah biarawati ini. Kita juga harus mempertahankan kesabaran dalam usaha mengikis ketidaktahuan dan mengembangkan kesadaran akan penderitaan yang ada dimana-mana yang merupakan makna sebenarnya dari hidup dalam *samsara*, sebagaimana yang dijelaskan oleh Kebenaran Mulia Pertama.

Sebab dan Akibat Kamma

Tema dari kitab komentar kedua yang dapat membantu kita mengembangkan pemahaman kita terhadap sifat sejati kenyataan adalah bekerjanya Hukum *Kamma* , sebab dan akibat. Tak satu

pun dari para biarawati ini dibebaskan oleh orang lain karena suatu hari ia sendiri memutuskan, “Sekarang saya akan memutuskan segala nafsu keinginan.” Bukan juga karena anugerah seorang guru atau kekuatan Tuhan atau Buddha sendiri yang mencerahkan mereka. Sebaliknya, hal itu merupakan suatu proses yang panjang dalam evolusi dari “kesadaran yang berkelanjutan” yang secara bertahap mengizinkan tercapainya kondisi terbebaskan yang akan berujung pada tercapainya *Arahat*. Membebaskan pikiran dari ketidaktahuan, seperti halnya kejadian lainnya, merupakan proses sebab akibat yang tanpa disertai adanya diri yang kekal. Hukum alam seperti ini dikembangkan dan digunakan oleh upaya mental untuk mencapai pemurnian. Dengan berulang-ulang melihat fenomena-fenomena kehidupan sebagaimana adanya dengan meditasi Vipassana, kita secara bertahap mengikis kekotoran batin yang mengaburkan pikiran dan menyebabkan kelahiran kembali beserta penderitaan yang menyertainya.

Sebagai contohnya, Sela memasuki Sangha Monastik ketika ia masih muda dan “Ia berusaha mencapai pencerahan dan karena tekad dalam dirinya dan matangnya kebijaksanaannya, menghancurkan sankhara-sankhara (fenomena yang terkondisi), ia segera mencapai *Arahat*” (hal 43.). Selama ribuan tahun

(berkalpa-kalpa), Sela telah melakukan banyak perbuatan baik, seperti membuat persembahan dan merawat para Buddha yang lalu dan para pengikutnya. Sebagai hasil dari jasa-jasa kebajikan selama banyak kehidupan, ia terlahir di alam baik, seperti di Surga ataupun terlahir di alam manusia dengan kondisi yang baik. Pada akhirnya, pada masa Buddha Gotama, masing-masing bhikhuni, termasuk Sela, memasuki Sangha Monastik dengan cara tersendiri. Karena waktunya telah tiba bagi *paramita-paramita* mereka untuk berbuah, semua faktor pendukung pencapaian pencerahan dapat dikembangkan, kekotoran batin mereka dapat dihapuskan, dan target mereka dapat tercapai.

Sukha meninggalkan hidup sebagai umat awam pada masa salah satu Buddha terdahulu, akan tetapi ia meninggal tanpa mencapai tingkat kesucian. Pada masa Buddha-Buddha berikutnya "ia terus menjaga *sîla* serta belajar dan menguasai ajaran (*Sutta*). Akhirnya, "pada era Buddha Gotama dia memiliki keyakinan (*Saddhâ*) pada Sang Guru di kampung halamannya sendiri, kemudian menjadi murid awam. Kemudian, ketika ia mendengar ceramah Biksuni Dhammadinna, ia menjadi sangat berbahagia meninggalkan keduniawian" (hal.40-41).[I] Semua upayanya di kehidupan masa lalu membuahkan hasil yang sesuai karena Sukha mencapai *Arahat* dan menjadi penceramah

Dhamma yang hebat. Hanya segelintir biarawati yang terkenal akan kemampuan mengajarnya, dan mungkin kebutuhan mengembangkan *paramita* ekstra untuk mengajar Dhamma, membuat Sukha belajar di bawah bimbingan Buddha-Buddha sebelumnya begitu lama tanpa memperoleh jalan (*Magga*) dan hasil (*Phala*) tingkat kesucian.

Kisah serupa menceritakan bagaimana biksuni-biksuni lainnya bekerja dan berusaha keras dalam kehidupan-kehidupan lampau, membangun berbagai macam *paramita* yang mengizinkan mereka melepaskan semua kemelekatan duniawi pada masa Buddha sekarang. Jika kita memandang proses dimana mereka perlahan-lahan menjadi makin matang untuk menjadi tercerahkan, kita dapat melihat bagaimana tindakan melalui pikiran dan tubuh dan ucapan pada suatu saat akan berbuah.

Adalah berkat *paramita* kita sendiri, *kamma* baik masa lalu kita sendiri, kita mendapatkan kesempatan langka dan menakjubkan untuk bersentuhan dengan ajaran Buddha masa hidup kali ini. Adalah berkat kebijaksanaan yang sudah dikembangkan sejak zaman dahulu, kita sekarang mempunyai kesempatan mengembangkan kebijaksanaan yang lebih luar biasa (*paññaparami*) melalui meditasi Vipassana. Kebijaksanaan

mempunyai kekuatan melenyapkan akibat-akibat dari *kamma* masa lampau karena kebijaksanaan memahami realita dengan benar. Terlebih lagi, jika kita terus menerus menciptakan pikiran berdasar kebijaksanaan sekarang, makin banyak *kamma* baik yang kita hasilkan yang akan terus berbuah dan membawa kita lebih dekat ke *Nibbâna*.

Namun, kebijaksanaan tidak dapat ditumbuhkan tanpa moralitas. Buddha mengajarkan bahwa untuk mencapai pencerahan, perlu menjaga minimal lima *sîla* secara ketat di setiap waktu: menghindari membunuh, mencuri, perbuatan asu*sîla*, berkata dusta, dan mengkonsumsi hal yang merusak tubuh dan melemahkan kesadaran. Jika *sîla* tersebut dilanggar, *kamma* buruk yang dibentuk akan berbuah sangat menyakitkan. Tanpa menyucikan perbuatan dan ucapan, pikiran yang suci tidak dapat dikembangkan karena pikiran yang terlalu gelisah oleh nafsu keinginan, penyesalan dan penolakan tidak dapat fokus pada objek meditasinya dengan benar.

Sebagian dari kisah tumimbal lahir para biksuni *Arahat* menceritakan saat dimana mereka tidak menjaga *sîla*. Sebagian biksuni *Arahat* pernah menderita akibat perbuatan jahat mereka sehingga terlahir di alam binatang atau di alam manusia tapi dengan kondisi yang buruk. Addhakasi, sebagai contohnya,

mempunyai latar belakang beragam. Pada kehidupan lampau ia sudah menjadi biksuni yang menjaga *sîla* dengan baik pada masa Buddha Kassapa, Buddha tepat sebelum Buddha Gotama. Akan tetapi, suatu ketika, dikarenakan kemarahannya, ia menyebut seorang biksuni senior, yang sudah mencapai Arahat, pelacur. Sebagai hasil dari ucapannya yang salah, ia terlahir di salah satu alam rendah, karena berkata atau berbuat jahat pada seseorang yang telah mencapai kesucian (*Ariya*) menghasilkan *kamma* yang lebih buruk dari pada melakukan hal serupa pada seorang yang belum suci. Ketika buah dari perbuatan buruk itu hampir habis, sebagai efek samping, ia sendiri terlahir sebagai seorang pelacur pada siklus tumimbal lahir terakhirnya. Saat itu *kamma* baik masa lalunya lebih kuat (dari *Kamma* buruknya) dan dia ditabhiskan menjadi biarawati. Karena menjaga kehidupan bhikkuninya tetap murni, Addhakasi mencapai *Nibbâna*.

Sebab dan akibat terus bekerja dan memastikan hidup ini selalu berputar di dalam *samsara*. Selama pikiran melekat pada apapun juga, kita akan melakukan tindakan berniat *(Cettana)*, membuat *kamma* baru, dan akan mengalami akibatnya. Memupuk *kamma* baik akan menghindarkan seseorang dari penderitaan dan mempersiapkan batin untuk *kamma* baik yang

paling kuat, terbentuknya kebijaksanaan, yang mampu melenyapkan semua kemunculan *kamma* .

II. Ajaran dari Puisi

Puisi asli yang digubah oleh para biarawati menggunakan bermacam-macam nada dan tema. Puisi-puisi itu hampir semuanya diucapkan setelah penciptanya menyadari bahwa tumimbal lahir dan semua penderitaan yang terkait dengannya telah diakhiri oleh pencerahan sempurna dan pelenyapan semua kotoran batin. Jadi, hampir semua puisi mengandung semacam "Auman Singa" yang menunjukan bahwa sang pencipta puisi telah sadar sepenuhnya.

Kejadian Kecil yang Memicu Pencerahan

Sejumlah puisi menggambarkan keadaan yang membawa wanita pencipta puisi ke jalur Sangha atau yang membangkitkan kesadarannya. Kedua hal itu dapat menjadi inspirasi bagi pengikut Buddha masa kini. Kadang peristiwa yang sangat biasa dapat merangsang pikiran yang matang untuk melihat kebenaran dengan sempurna. Suatu hari Biksuni Dhamma kembali setelah *pindapatta* (menerima sedekah makanan) kelelahan akibat

kepanasan dan harus melalui jalur yang sulit. Ia tersandung jatuh, dan ketika ia terbaring di tanah, sebuah pandangan cerah (insight) muncul dalam dirinya, bahwa, tubuh pada dasarnya memang dipenuhi penderitaan, yang menyebabkan beliau melepas kemelekatan secara total. Dia menggambarkan peristiwa tersebut dengan kalimat berikut:

> *Setelah mengembara menerima sedekah makanan, bersandar pada sebuah tongkat, lemah, dengan kaki gemetar aku jatuh ke tanah di tempat itu, setelah melihat bahaya dalam tubuh. Maka pikiranku benar-benar terbebas.*
>
> (V.17)

Jika seseorang bisa memperoleh pencerahan karena peristiwa seperti itu, pastilah ada banyak sekali kejadian yang berpotensi menimbulkan pencerahan yang dapat kita semua renungkan. Perhatian yang terpusat dan sistematik (*yoniso manasikara*) yang difokuskan kepada subjek apapun akan menunjukkan sifatnya aslinya yaitu ketidakkekalan (*anicca*), ketidakpuasan (*dukkha*), dan tanpa diri yang kekal (*anattâ*) sehingga mendorong kita untuk menghentikan nafsu keinginan. Bagaimanapun, jika kita tidak

melatih pikiran kita dengan hati-hati dalam Meditasi Vipassana di bawah bimbingan guru yang kompeten, maka kemungkinannya kecil kita akan dapat memanfaatkan kontak sehari-hari dengan tiga corak dasar (*tilakkhaGa*) sebagai sarana menuju pembebasan. Ini disebabkan pikiran yang belum tercerahkan dikuasai oleh ketidaktahuan — ketidakmampuan untuk melihat segala sesuatu sebagaimana adanya. Hanya perhatian murni yang terkonsentrasi pada fenomena dalam lingkup medita*sîla*h yang memampukan kita memahami dengan benar pengalaman sehari-hari kita, karena metode pengembangan pandangan cerah melalui meditasi Vipassana, mengendurkan kecenderungan mental lama dengan memberikan kita pengalaman langsung akan ketidakekalan pikiran dan tubuh kita.

Menjadi Anggota Sangha setelah Kematian Seorang Anak

Cukup banyak wanita menjadi anggota Sangha setelah anak-anak mereka meninggal dunia. Duka ini dimanfaatkan dengan baik jika dijadikan motivasi untuk mengembangkan "jalan menuju lenyapnya derita." Ubbiri sangat berkabung atas kematian putrinya yang masih bayi sampai pada akhirnya Buddha menunjukkan kepadanya bahwa di tanah kuburan yang sama dimana ia mengubur jasad bayi ini, ia juga pernah berpisah

dengan ribuan anak-anak yang dia lahirkan pada kehidupan sebelumnya. Karena ia telah memperoleh karma baik yang kuat di masa lalu, ajaran pribadi yang singkat ini sudah cukup untuk mengubah Ubbiri dari seorang ibu yang meratapi nasibnya menjadi seorang Arahat. Ketika ia dengan jelas dapat melihat luasnya samsara, ia telah siap meninggalkannya. Dia sangat bersyukur kepada Buddha atas fenomena tersebut, hal ini dijelaskan dalam kalimat sederhana ini:

Dia telah mendorong pergi duka atas kematian putriku
... Sekarang Saya tanpa rasa lapar, terpuaskan.

(vv. 51, 53)

Dengan padamnya ketidaktahuan dan nafsu keinginan, tak ada yang tersisa selain pikiran yang murni, secara alami damai. Ubbiri mempunyai pikiran yang fleksibel dan siap, dan dengan demikian dia mengerti, melalui instruksi Buddha, bahwa sumber dari semua penderitaannya adalah nafsu keinginan. Setelah bertumimbal lahir berjuta-juta kali di dalam lingkaran samsara, Ubbiri menyadari bahwa perasaan keibuannya yang begitu melekat terhadap anak-anaknyalah yang menyebabkannya terperangkap dalam kesedihan; karena putra dan putri, sama

seperti segala sesuatu, tunduk pada hukum ketidakkekalan. Kita tidak dapat membuat orang yang kita kasihi hidup melebihi jangka waktu yang ditentukan oleh *kamma* mereka sendiri. Ini adalah pandangan cerah yang begitu kuat untuknya sehingga tidak ada objek apapun yang nampak menarik karena potensi derita yang menembusi semua objek itu. Sehingga semua kecenderungan melekat dipatahkan, tidak pernah muncul kembali.

Kisah hidup dari Patacara sebelum ia memasuki jalur Dhamma, yang dijelaskan dengan cukup rinci dalam kitab komentar Therigatha, bahkan lebih dramatis. Ia kehilangan seluruh keluarganya, suaminya, dua anaknya yang masih kecil, orang tua dan saudara-saudaranya di berbagai kecelakaan dalam beberapa hari. Dia menjadi gila karena rasa sedih itu, tetapi belas kasih Buddha bersama dengan *parami* yang dimiliki oleh Patacara di masa lalu memungkinkannya untuk memperoleh kembali pikiran yang waras. Ketika ia datang ke hadapan Buddha, Buddha mengajarkannya untuk mengerti seberapa sering sebelumnya ia telah berduka secara berlebihan atas kematian. Ia menjadi seorang pemasuk arus (*Sotâpaññâ*), seseorang yang berada pada tahap pertama di jalur pembebasan menuju pembebasan sempurna, dan ia ditahbiskan. Kemudian,

ketika suatu hari ia menuangkan air untuk mencuci kaki dan melihat air itu mengalir–seperti juga hidup ini cepat atau lambat untuk semua makhluk — pikirannya menjadi benar-benar bebas dari kemelekatan. Patacara, seperti juga Dhamma, telah benar-benar mengembangkan benih-benih pengertian, sehingga peristiwa yang biasa-biasa saja di saat yang tepat dapat membersihkan pikirannya dari segala jenis ketidaktahuan.

Banyak wanita lain memasuki Sangha dalam keadaan yang sama seperti Ubbiri atau Patacara. Wanita yang sangat tertekan atas kematian anaknya pasti sangat umum di India pada saat itu, ketika ilmu kedokteran yang masih terbatas tidak dapat mengatasi tingkat kematian bayi yang tinggi. Patacara Theri berbicara kepada suatu kelompok yang terdiri dari lima ratus ibu yang berduka, mengungkapkan apa yang telah ia pelajari sendiri dari pengalaman yang sama:

Cara seorang manusia datang tidak dapat kita ketahui;
Tidak pula kita tahu cara ia akan pergi.
Mengapa berkabung untuk ia yang datang kepada Anda,
Meratapi melalui air mata? ...

Jangan menangis, karena demikianlah kehidupan seorang manusia.
Tanpa diminta dia datang dan tanpa diminta ia pergi.
Tanyakan kepada diri Anda lagi dari mana datangnya anak Anda
Untuk hidup di dunia dalam waktu yang singkat ini?
Dengan satu cara datang dan dengan cara lain pergi,
Bagi manusia mati, dan melewati kelahiran lain–
Bagai dari sini menuju ke sana—mengapa kau harus menangis?

(hal. 78)

Dengan cara ini Patacara mengilustrasikan kepada ibu-ibu ini mengenai hubungan alami, jalinan tembus pandang, yang berlaku bagi semua antara kematian dan kehidupan, kehidupan dan kematian. Mereka semua yang mendengar memasuki Sangha Monastik dan akhirnya mencapai tingkat kesucian Arahat. “Auman singa” bersama mereka dirangkum dalam baris:

Hari ini hatiku sembuh, hasrat duniawiku ditenangkan,

Pembebasan sempurna dirangkai dalam diriku.
Aku berlindung kepada Buddha, Sangha, dan Dhamma.

(hal. 77)

Karena faktor fisiologi dan pengkondisian dalam keluarga dan masyarakat, wanita lebih rentan pada kemelekatan terhadap anak mereka daripada laki-laki, sehingga akan lebih menderita ketika kehilangan anak mereka. Namun, jika wanita melatih pikiran mereka untuk memahami bagaimana kemelekatan menyebabkan penderitaan yang begitu besar, bagaimana kelahiran dan kematian adalah proses alami yang terjadi sebagai akibat sebab-sebab tertentu, dan betapa tak ada habisnya sejarah penderitaan karenanya, mereka dapat memanfaatkan penderitaan kewanitaan tersebut dalam upaya untuk mencapai pencerahan. Dalam *Samyutta Nikaya* (Vol. IV, hal. 62-163), Buddha sendiri menunjukkan lima jenis penderitaan yang unik hanya terdapat pada wanita. Tiga diantaranya adalah badaniah —menstruasi, kehamilan, dan persalinan. Dua lainnya adalah sosial, dan mungkin tidak relevan di masyarakat secara umum saat ini dibandingkan saat di masyarakat India kuno: harus meninggalkan keluarganya sendiri untuk hidup bersama suami dan mertua, dan harus "menunggu seorang laki-laki

(mendahulukan lelaki dalam segala hal).” Kelimanya merupakan hasil perbuatan buruk masa lampau, namun masing-masing dapat menjadi dasar pencerahan. Wanita dapat melatih pikiran mereka untuk mengubah hal yang tampaknya negatif ini menjadi positif. Mereka dapat memanfaatkan pengalaman pribadi mereka yang lebih kuat tentang universalitas dan adanya penderitaan dimana-mana untuk mengkondisikan diri mereka untuk melepaskan segala sesuatu di alam yang terkondisi (*samsara*).

Bagi beberapa individu, penderitaan yang berat diperlukan untuk membuat pikiran terlepas dari pikiran salah dan keinginan. Patacara adalah salah satu contohnya; Kisa Gotami adalah contoh kedua. Ia tidak mau menghadapi kenyataan bahwa anaknya telah meninggal sehingga ia membawa mayat bayi itu berkeliling dengan harapan ada orang yang dapat memberinya obat untuk menyembuhkan anaknya. Buddha membimbingnya menuju penyadaran bahwa kematian akan terjadi pada semua makhluk dengan menyuruhnya untuk mencari beberapa biji lada. Di India, biji lada adalah bumbu dapur yang mudah ditemukan, tetapi Buddha mengharuskan biji tersebut berasal dari keluarga dimana tak seorang pun pernah mati.

Kisa Gotami pergi mencari “obat” ini untuk bayinya, tetapi karena saat itu di India berlaku sistem keluarga besar dimana

tiga atau lebih generasi tinggal bersama di bawah satu atap, setiap rumah yang dia kunjungi telah mengalami kematian anggota keluarganya. Perlahan, ketika ia berjalan berkeliling desa, dia menyadari bahwa semua yang lahir harus mati. Kekuatan *paramita*nya yang besar kemudian memungkinkannya untuk memahami ketidakkekalan dengan demikian jelasnya, sehingga tak lama kemudian Sang Buddha mengkonfirmasi pencapaiannya sebagai pemenang arus *(Sotâpaññâ)*. Kemudian ia mengucapkan baris-baris berikut:

Ini bukanlah hukum desa, bukan juga hukum kota,
Bukan hukum bagi suku ini, atau untuk diri sendiri;
Untuk seluruh dunia–dan untuk para dewa juga—
Ini merupakan hukum: Semuanya tidaklah kekal.

(hal. 108)

Karena itu Kisa Gotami telah melampaui batas-batas kesedihan pribadi seorang wanita untuk memahami salah satu karakteristik dasar dari semua eksistensi.

Kisa Gotami kemudian mencapai tingkat kesucian Arahat. Beberapa ayat yang dia sampaikan pada kesempatan itu

memberikan pelajaran yang berguna bagi semua yang berupaya di Delapan Jalan Utama:

Dengan mengunjungi teman-teman yang mulia,
bahkan orang bodoh akan menjadi bijaksana.
Orang-orang yang baik juga sebaiknya dikunjungi;
sehingga kebijaksanaan orang-orang yang
mengunjungi mereka meningkat. Mengunjungi orang-
orang yang baik, seseorang akan
terbebas dari segala rasa sakit.
Seseorang harus mengetahui penderitaan, penyebab
dari penderitaan
dan penghentiannya, dan Delapan Jalan utama
(jalan menuju akhir dukkha); inilah Empat
Kebenaran Mulia Kebenaran Mulia.

(vv. 213-215)

Keberadaan seseorang yang bijak, terutama bimbingan seorang guru, merupakan bantuan yang tak ternilai dalam upaya memantapkan diri dalam jalur mulia. Tetapi keberadaan orang-orang yang tidak mempraktekkan Dhamma akan cenderung mengganggu. Orang yang tidak berusaha untuk mempraktikkan ajaran Buddha biasanya mengarahkan kita ke arah hal-hal duniawi yang merupakan kecenderungan pikiran mereka

masing-masing. Sehingga, ketika kita bisa memilih, sebaiknya kita memilih teman-teman di kalangan praktisi meditasi.

Empat Kebenaran Mulia

Sebagaimana Kisa Gotami anjurkan dalam baris terakhir yang dikutip diatas, para meditator perlu terus melatih pikiran mereka untuk melihat empat kebenaran mulia dalam semua manifestasi mereka. Inilah yang disebut kebijaksanaan, *paññâ* , obat untuk ketidaktahuan dan pandangan salah yang merupakan akar dari semua penderitaan seperti yang ditunjukkan dalam formula asal mula yang saling bergantungan (*paticcasamuppâda*). Untuk mengembangkan kebijaksanaan, seseorang harus terus menerus merenungkan empat kebenaran mulia ini: (1) Kebenaran Mutlak mengenai penderitaan (*dukkha*) yang mencakup semua bentuk-bentuk penderitaan dari rasa sakit yang paling menyiksa sampai perasaan tidak puas dan ketidakstabilan yang secara alami ada pada semua makhluk di semua alam *samsara*; (2). Kebenaran Mutlak mengenai penyebab penderitaan – nafsu keinginan (*tanha*), yang mendorong pikiran mengejar objek indriya dalam keadaan gelisah yang terus menerus; (3) Kebenaran Mutlak mengenai lenyapnya penderitaan – *Nibbana*, yang dicapai ketika penyebab penderitaan, ketidaktahuan dan nafsu keinginan, telah

lenyap sama sekali; dan (4) Kebenaran Mutlak Mengenai cara melenyapkan penderitaan – Delapan Jalan Utama yang ditemukan dan diajarkan oleh Buddha, terdiri dari praktek moralitas (*sîla*), konsentrasi (*samâdhi*), dan kebijaksanaan (*paññâ*).

Empat Kebenaran Mutlak dengan ringkas ditegaskan dalam suatu syair yang diucapkan oleh Maha Pajapati, Bibi Buddha yang membesarkan Buddha ketika ibu Buddha, Ratu Mahamaya, meninggal dunia seminggu setelah kelahirannya. Buddha membentuk Sangha Bhikkuni atas permintaan Maha Pajapati. Dalam puisinya dia pertama-tama memuji Buddha atas pertolongan yang telah Beliau berikan terhadap begitu banyak makhluk dengan melatih mereka cara-cara menuju pembebasan; kemudian dia dengan singkat meringkas Empat Kebenaran Mutlak yang telah ia alami sendiri secara mendalam dan dipahami sebagai kebenaran sejati. Para meditator masa kini akan memperolah banyak manfaat jika merenungkan kalimat-kalimat ini secara seksama:

> *Sekarang sudah aku mengerti bagaimana yang buruk terjadi,*
>
> *Nafsu keinginan, sang Penyebab, telah kering dalam diriku.*

Bukankah (artinya) aku telah menempuhnya,
Bukankah (artinya) aku telah menyentuh akhir
Dari yang buruk — para Ariya, Delapan Jalan
Utama

(hal.89)

Para meditator Buddhis harus melatih diri mereka untuk memahami kebenaran-kebenaran ini sedalam mungkin dengan melihat mereka dalam setiap aspek kehidupan. Kita menempuh tahap duniawi Delapan Jalan Utama untuk mencapai yang supraduniawi (*lokuttara*) dengan pencapaian pemenang arus. Kemudian unsur dari sang Jalan – moralitas, konsentrasi dan kebijaksanaan – dikembangkan hingga mencapai tingkat tertinggi dan akhir dari penderitaan, *Nibbana*, terealisasikan.

Mencapai Tujuan setelah Perjuangan Panjang

Ketika kita membaca kisah-kisah mengenai bhikkuni-bhikkuni hebat ini, kita melihat banyak dari mereka mencapai buah tertinggi seketika itu juga atau segera setelah bersentuhan dengan Buddha atau Dhamma. Hal ini dimungkinkan karena mereka mengumpulkan *parami-parami* dalam banyak kehidupan-kehidupan sebelumnya, menciptakan karma jasmani, ucapan

dan pikiran yang murni, dan secara bersamaan menghabiskan efek-efek karma masa lampau.

Akan tetapi, tidak semua orang yang karena buah *parami*-nya berkesempatan mendengar ceramah Buddha mampu menjadi *Arahat* dengan cepat dalam siklus tumimbal lahir terakhir mereka. Ketika kita menghadapi pikiran kita yang suka memberontak saat kita mencoba untuk mengikuti jalan-Nya, kita dapat memperoleh semangat dari kisah bhikkuni-bhikkuni yang bertahun-tahun harus melakukan upaya yang gigih sebelum mereka melenyapkan semua kekotoran batin mereka.

Citta muda ditahbiskan di kampung halamannya di Rajagaha dan menghabiskan seluruh masa mudanya sebagai seorang bhikkuni yang berusaha mencapai pencerahan. Dia akhirnya mencapai tujuannya setelah ia menjadi seorang wanita tua yang lemah, ketika dia dengan susah payah mendaki *Puncak Vultures*. Ketika dia berhasil, dia berkata:

Setelah membuang jubah luarku,
dan setelah membalikkan mangkuk (patta) ku,
Aku bersandar pada sebuah batu,
Karena Aku telah merobek-robek kegelapan yang besar
(dari ketidaktahuan)

(v.27)

Jika kita dengan rajin, disiplin, dan giat melatih Delapan Jalan Utama, mengembangkan pemahaman mendalam tentang sifat sejati alam *samsara*, kekeruhan yang dimunculkan pandangan salah pasti akan menjadi tembus pandang, dijernihkan oleh kebijaksanaan. Mungkin dibutuhkan upaya selama bertahun-tahun atau banyak masa kehidupan, tapi bukankah kesabaran merupakan salah satu kualitas yang harus kita kembangkan sejak pertama kali kita menempuh jalur mulia ini.

Seorang Bhikkuni lain yang memerlukan bertahun-tahun untuk mencapai pencerahan adalah Mittakali. Dia memakai jubah setelah mendengar Sutta Satipatthana. Dalam “auman singa” nya dia mengambarkan kesalahan yang mengakibatkan dia tertunda tujuh tahun untuk mencapai Nibbana. Puisinya dapat mengandung pelajaran bagi para meditator lain baik di dalam maupun di luar Sangha.

Setelah percaya dan pindah dari keadaan berumah (Umat Awam) menjadi tanpa rumah (Sangha Monastik),
Aku berkelana kesana dan kemari, rakus akan keuntungan dan rasa hormat,

Setelah melewatkan tujuan tertinggi, Aku mengejar tujuan terendah,
Setelah dikuasai oleh kekotoran batin, aku tidak tahu tujuan dari hidup (suci) mengembara.

(vv.92-93)

Buddha menjelaskan dalam banyak kesempatan bahwa adalah berbahaya bagi para bhikku dan bhikkuni untuk mengejar keuntungan atau dukungan dari umat awam, karena kegiatan-kegiatan tersebut menggagalkan usaha-usaha apapun yang mereka lakukan untuk menyucikan pikiran mereka. Orang awam memberikan persembahan kepada para bhikku dan bhikkuni untuk memperoleh pahala atau kebajikan. Jika pikiran dari si penerima jernih, bebas dari ketamakan dan kekotoran batin lainnya, kebajikan yang dihasilkan adalah jauh lebih besar daripada jika pikiran si penerima dipenuhi oleh nafsu keinginan. Salah satu julukan yang diberikan kepada para *Arahat*, yang kesuciannya telah sempurna secara permanen, adalah "yang pantas akan persembahan tertinggi." Semua orang, ditahbiskan atau tidak, yang membiarkan nafsu keinginan menguasai diri mereka dan membuang kesempatan berharga yang dimiliki untuk mempraktekkan Dhamma, akan menunda pembebasan dan menambah penderitaan mereka.

Dalam perumpamaan tentang ular beracun dalam *Middle Length Sayings* (Vol I, pp, 171-72), Buddha menjelaskan bahwa ajarannya hanya memiliki satu tujuan, pembebasan dari penderitaan. Pendekatan salah yang mencoba menyalahgunakan Dhamma akan membawa pada peningkatan penderitaan, bagai memegang ular di bagian tubuh atau ekornya yang mengakibatkan orang itu digigit. Ular beracun yang sama, jika dipegang dengan bantuan sebuah tongkat yang bercabang dua di bagian leher tepat di belakang kepala, akan dengan aman memberikan bisanya untuk dijadikan obat. Buddha menyatakan bahwa sama seperti perumpamaan di atas, hanya mereka yang dengan bijaksana memeriksa tujuan dari ajarannya yang mampu mendapatkan pengertian dan benar-benar mencapai tujuan mereka – pelenyapan sebab-sebab penderitaan.

Ketika Mittakali merasa bahwa usia tua dan kematian mendekat dengan cepat, dia akhirnya menyadari pentingnya tugas tersebut setelah menghabiskan bertahun-tahun mengejar keuntungan dan rasa hormat. Karena kita tidak dapat memastikan berapa lama kita akan hidup, menunda mempraktekkan meditasi sangatlah beresiko. Kita telah bersentuhan dengan Dhamma di dalam kondisi yang kondusif untuk mencapai tujuan Buddha. Kondisi ini seperti masa muda

dan kelahiran manusia akan berakhir – baik secara perlahan-lahan maupun dengan tiba-tiba – sehingga kita tidak dapat pernah yakin bahwa kondisi untuk mempraktekkan Dhamma akan tetap ideal. Mittakali memerlukan bertahun-tahun untuk memahami bahwa dengan usia yang semakin bertambah, kekakuan pikiran dan penyakit jasmani menjadikan tugas purifikasi menjadi semakin sulit. Tetapi saat dia benar-benar menyadari hal ini, dia mampu mencapai tujuan tersebut. Mempelajari syair Mittakali dapat membantu kita untuk menghindari membuang waktu yang berharga.

Aku merasakan perasaan mendesak saat aku terduduk dalam kamar kecilku; (berpikir) "Aku telah memasuki jalan yang salah; Aku telah berada di bawah kuasa nafsu keinginan.

"Hidupku pendek. Usia tua dan penyakit sedang menghancurkannya. Tidak ada waktu bagiku untuk ceroboh sebelum tubuh ini hancur."

Mengamati muncul dan hilangnya elemen-elemen eksistensi sebagaimana adanya, Aku bangkit dengan pikiranku terbebaskan sepenuhnya. Ajaran Buddha telah dilaksanakan.

(vv.94-95)

Dengan selalu mengamati muncul dan hilangnya unsur-unsur tubuh, perasaan, persepsi, bentukan batin dan kesadaran, pikiran Mittakali terbebas dari pandangan salah mengenai “aku” atau diri. Setelah tujuh tahun terperangkap dalam jaring-jaring nafsu keinginan, dia menembus ketertarikannya yang bodoh dan berbahaya pada hal-hal duniawi. Dia kemudian mampu melihat elemen-elemen atau agregat itu sebagaimana adanya: benar-benar tidak kekal (*anicca*), karena itu tidak mampu menghasilkan kepuasan apapun (sangat *dukkha*), bekerja secara otomatis tanpa inti yang kekal (*anatta*). Semua keterlibatan secara duniawinya hilang ketika dia mencapai Arahat dan sejak itu mengakhiri semua duka dan penderitaan.

Mungkin cerita paling menggerakkan hati mengenai seorang bhiksuni yang harus menempuh perjuangan panjang sejak pertama kali dia ditahbiskan sampai dia benar-benar mencapai pencerahan adalah cerita mengenai Punna. Di bawah bimbingan enam Buddha sebelumnya, dalam beribu-ribu tahun sebelum munculnya Buddha Gotama, Punna merupakan seorang bhiksuni yang “sempurna dalam kebajikan, dan dalam hal mempelajari Tripitaka (kitab suci Buddhis) dia sangat menguasai *sîla* dan merupakan guru dalam bidang ini. Tetapi karena kecenderungannya untuk merasa bangga (setiap saat), dia tidak

mampu membasmi kekotoran batin." Bahkan pada masa Buddha Gotama, dia harus menghabiskan sejumlah karma buruk dan terlahir sebagai seorang budak. Mendengar salah satu dari ceramah Buddha, dia menjadi seorang pemenang arus. Setelah dia membantu majikannya menjernihkan pandangannya yang salah, sebagai ungkapan terimakasih, majikannya membebaskannya dan dia ditahbiskan. Setelah banyak masa kehidupan yang penuh perjuangan, *parami-parami* yang dia bangun sebagai seorang bhikkuni di bawah bimbingan para Buddha sebelumnya berbuah. Harga diri atau kesombongan, selalu merupakan salah satu kekotoran batin terakhir yang lenyap, akhirnya lenyap dan dia mencapai Arahat.

Dengan merenungkan kisah wanita-wanita yang mencapai pencerahan sempurna setelah banyak kerja keras dan usaha, kita dapat terdorong untuk meneruskan usaha kita sendiri tanpa memperdulikan seberapa lambat kemajuan kita kelihatannya. Dalam *Gradual Sayings* (Vol. IV, pp. 83-84), Buddha memberikan suatu analogi mengenai keausan pegangan kapak tukang kayu untuk mengilustrasikan bagaimana kekotoran batin dikikis secara perlahan-lahan. Meskipun tukang kayu tidak dapat mengatakan, "Pegangan kapak sudah habis sebanyak ini hari ini, sebanyak ini minggu lalu", jelas bagi dia bahwa perlahan-

lahan, sejalan dengan waktu, pegangan ini akan rusak. Begitu juga, seorang meditator yang memiliki pembimbing yang bagus dan yang secara konstan berusaha memahami Empat Kebenaran Mulia dan hidup sesuai dengan Delapan Jalan Utama, akan secara perlahan-lahan melenyapkan kekotoran batinnya, meskipun langkah-langkah dalam proses ini tidak terlihat oleh mata. Bahkan Buddha menolak memprediksi jumlah waktu yang dibutuhkan untuk mencapai tujuan akhir. Hal ini dikondisikan oleh banyak faktor yang berkaitan, seperti karma baik dan karma buruk yang dilakukan pada masa lalu dan seberapa besar usaha yang dilakukan pada masa sekarang dan di masa yang akan datang. Tak peduli apakah kita memerlukan jutaan masa kehidupan atau satu minggu, kita akan ditopang oleh upaya kita dengan keyakinan bahwa kesempurnaan *sîla*, konsentrasi dan kebijaksanaan akan membawa pelepasan dan pembebasan dari penderitaan.

Pembebasan berarti melepaskan keterikatan terhadap diri sendiri dan dunia. Kita tidak dapat mempercepat proses pelepasan, pemahaman mendalam mengenai penderitaan yang dihasilkan oleh kemelekatan akan melakukannya, secara perlahan-lahan. Dalam upaya mencoba melenyapkan kekotoran batin, kita sekaligus harus menerima keberadaaannya. Kita

tidak akan berada di sini sama sekali jika bukan karena ketidaktahuan dan kekotoran batin lainnya yang membawa kita ke dalam kelahiran ini. Kita perlu belajar hidup secara damai dengan kotoran batin sementara kotoran itu perlahan-lahan dikikis. Purifikasi, seperti semua kegiatan batin yang lain, merupakan suatu proses sebab dan akibat. Kejernihan muncul secara perlahan dengan penerapan kebijaksanaan mengenai ketidakkekalan yang berulang-ulang. Jika kita bersabar dan dengan gembira menghadapi kemunduran praktek atau kebodohan, jika kita terus berusaha dengan semangat dan tekad yang bulat, tidak keluar dari jalan yang benar, hasilnya akan dimulai di sini dan sekarang dan pada waktunya mereka akan matang sepenuhnya.

Perenungan Tentang Sangha

Sangha, komunitas biksu dan biksuni, mempertahankan dan mengabadikan ajaran murni dari Buddha dan mereka mendedikasikan hidupnya untuk mempraktekan ajaran. Oleh karena itu, perenungan pada Sangha sangat dianjurkan oleh Buddha untuk mengembangkan kondisi mental positif. Kita dapat memulai perenungan tersebut dengan merenungkan sebuah puisi yang dibuat oleh seorang Biksuni bernama Rohini.

Ayahnya menanyakan mengapa Ia berpikir bahwa pertapa dan Biksu adalah makhluk yang hebat. Menurut ayahnya, seperti juga kebanyakan orang sekarang — terutama orang barat dengan etos kerja yang kuat — menganggap bahwa para pertapa hanyalah pemalas dan merupakan “parasit” yang tidak melakukan hal yang berguna dan hidup dari kerja keras orang lain. Tetapi Rohini menyatakan kepercayaannya atas kerja keras dan cara hidup para pertapa yang murni. Dengan cara demikian dia berhasil memberi inspirasi pada ayahnya untuk percaya, dan atas permintaan Rohini akhirnya ayahnya berlindung pada Buddha, Dhamma, dan Sangha.

Puisinya juga dapat menginspirasi kita:

Mereka memiliki kewajiban, mereka tidak malas,
melakukan aktivitas yang terbaik, meninggalkan nafsu
keinginan dan kebencian...
Mereka mengusir tiga akar kejahatan dengan
melakukan tindakan murni, semua kejahatan dalam
diri mereka dihilangkan...
Aktivitas tubuh mereka murni dan perkataan mereka
juga demikian, pikiran mereka murni...

Mereka bersih tak bernoda seperti mutiara utama, murni di dalam dan di luar, dipenuh kondisi mental yang positif...

Memiliki kemampuan belajar yang hebat, ahli dalam doktrin (Dhamma), mulia, dan hidup berdasarkan doktrin, mereka mengajarkan tujuan (Nibbana) dan doktrin (Dhamma)… (Mereka) memiliki perhatian murni...

Berkelana jauh, memiliki perhatian murni, berbicara dengan tepat dan secukupnya, tidak sombong, mereka memahami akhir dari penderitaan...

Jika mereka pergi dari suatu desa, mereka tidak melihat pada yang telah berlalu (merindukannya), mereka benar-benar pergi tanpa kerinduan…

Mereka tidak menyimpan harta benda (makanan) di ruang penyimpanan, ataupun di panci, ataupun di keranjang, (sebaliknya) menerima apa yang sudah dimasak untuk mereka…

Mereka tidak menerima emas, dalam bentuk koin ataupun bentuk lainnya, atau perak; mereka hidup berdasar apapun yang tersedia...

Mereka yang telah pergi (menjadi pertapa) berasal dari berbagai macam keluarga dan berbagai Negara; (meskipun demikian) mereka berteman satu dengan lainnya; oleh karena itu pertapa sangat aku hargai.

(vv. 275 – 285)

Teks buddhis bercerita tentang dua macam Sangha, keduanya disebut di dalam puisi tersebut, Sangha Ariya dan Sangha Biksu. Dalam baris-baris pembuka, Rohini mendeskripsikan *Ariya*, “Mereka yang Suci” dan mereka yang berjuang untuk mencapai tingkat tersebut. Mereka yang berada pada tiga tingkat kesucian pertama mungkin hidup sebagai umat awam atau sebagai biksu atau biksuni yang sudah ditahbiskan. Tetapi karena kemurniannya, mereka yang sudah mencapai tingkat kesucian tertinggi, Arahat yang terbebaskan secara sempurna, hanya dapat melanjutkan hidup mereka di dalam Sangha Biksu. Para Arahatlah yang telah sepenuhnya menyingkirkan keserakahan, kebencian dan ketidakpedulian, tiga akar dari kejahatan yang disebutkan Rohini, dari pikiran mereka. Para Ariya lainnya masih berjuang untuk melepaskan sisa-sisa tiga akar kejahatan yang masih ada dalam pikiran mereka. Semua Ariya sampai ke batas tertentu “memahami akhir dari penderitaan”, Kebenaran Mulia

Ketiga, karena pengalaman (serta pemahaman) akan *Nibbana* inilah yang menjadikan mereka pantas disebut “Mulia”.

Mulai dari baris berikutnya, Rohini secara khusus berbicara tentang sikap biksu dan biksuni. Mereka mengembara berpindapatta sepanjang jalan dengan mata mereka terlatih untuk terfokus pada beberapa langkah ke depan. “Mereka tidak melihat ke belakang” karena mereka tidak memiliki ketertarikan (yang tidak berguna) pada kejadian yang terjadi di sekeliling mereka. Mereka tidak memegang uang dan merasa puas dengan kesederhanaan — apapun yang umat awam persembahkan untuk mereka. Murid-murid Dhamma yang tidak hidup di biara juga akan memperoleh manfaat jika mereka meniru sikap Biksu yang kurang tertarik terhadap lingkungan sekitar. Biksu yang baik tidak akan membiarkan pandangannya berkeliaran tidak terkontrol, terutama ketika dia sedang berpindapatta, karena ketika pergi ke desa setiap pagi dia akan mengalami banyak hal yang dapat memikatnya jika dia tidak menjaga inderanya dan mempertahankan perhatian murninya. Dengan penuh perhatian, seorang Biksu yang baik berjalan dari rumah ke rumah dengan sunyi dan meninggalkan desa setelah mangkuknya terisi cukup makanan, tanpa membiarkan nafsu keinginan mengganggu keseimbangan pikirannya. Biksu yang demikian tidak tertarik

pada kehidupan *samsara* di sekelilingnya. Fokusnya selalu pada sifat sesungguhnya dari segala sesuatu — ketidakekalan, kesedihan, dan ketidakberintian dari segalanya. Sebagai umat awam yang mempraktekkan meditasi kita juga perlu melatih diri kita seperti biksu, untuk tetap damai dan tidak melekat walau dikelilingi hiruk pikuk dunia dan gangguan hidup dengan terus mengingatkan diri kita bahwa tidak ada satupun dari hal ini yang pantas untuk dikejar.

Rohini juga menyatakan bahwa biksu yang mulia tidak serakah akan uang dan harta benda apapun. Mereka tidak menyimpan barang kebutuhan karena takut akan masa depan. Sebaliknya, mereka percaya bahwa karma baik mereka akan memenuhi kebutuhan sehari-hari mereka. Walaupun, sebagai umat awam, kita harus bekerja untuk penghidupan kita, kita sebaiknya mencontoh sikap ini dan tidak terikat pada kekayaan. Kita bekerja untuk mempertahankan tubuh kita dan untuk orang-orang yang bergantung pada kita. Tapi jika kita dapat belajar melakukan hal ini tanpa terikat pada “perasaan aman” yang tampaknya diberikan uang, kita dapat melihat bagaimana hukum karma bekerja.

Baris terakhir menyatakan bahwa di dalam Sangha, keluarga, kelas sosial, atau latar belakang negara tidak mempengaruhi

hubungan erat satu sama lainnya. Niat baik seperti ini pasti sangat berguna bagi umat awam untuk dijadikan latihan dalam kehidupan mereka. Karena hanya melalui pentahbisan, seseorang dapat sepenuhnya mendedikasikan hidupnya untuk Dhamma, maka biksu dan biksuni memberikan banyak contoh kepada umat awam tentang bagaimana kita harus mencoba untuk mengaplikasikan ajaran dalam batas-batas "(debu-debu) kehidupan berumah tangga". Puisi Rohini menunjukkan pada kita beberapa contoh aplikasi hal ini.

Bahaya dari Keinginan Duniawi

Banyak puisi yang dibuat oleh para Biksuni yang menekankan tentang bahaya dari keinginan duniawi. Seorang Biksuni bernama Sumedha mencukur rambutnya sendiri untuk memaksa orangtuanya membatalkan pernikahannya dan mengijinkannya memasuki Sangha. Tetapi sebelum meninggalkan rumah, Sumedha meyakinkan kebenaran pesan Sang Buddha pada seluruh keluarga dan kerabatnya. Kepada tunangannya, Raja Anikaratta, dia menjelaskan betapa tidak bergunannya keinginan inderawi dan sifat indera yang tak pernah puas:

Bahkan jika dewa hujan menurunkan hujan ketujuh macam permata,

> *Hingga seluruh bumi dan surga penuh,*
>
> *Tetap saja indera akan menginginkan lebih dan manusia mati dengan rasa tak puas.*
>
> (hal.126)

Tidak peduli seberapa banyak barang duniawi yang kita punya jika pikiran belum mendapat pencerahan, nafsu keinginan akan muncul kembali. Jika ketidaktahuan belum dicabut, nafsu keinginan akan membuat kita mencari objek lebih banyak dan lebih beragam, selalu berharap mendapatkan kepuasan yang berlangsung terus. Kebahagiaan yang abadi tidak ada di alam duniawi karena semua objek indera mengalami perubahan dan kehancuran setiap saat seperti halnya pikiran. Keadaan tidak puas yang terus berlangsung ini — Nafsu keinginan mencari pemuasan — merupakan salah satu bentuk penderitaan yang ada di saat ini. Sebagai tambahan, nafsu keinginan sendiri menciptakan energi kamma yang mendorong kelahiran kembali dalam usaha nafsu keinginan untuk menemukan perasaan puas. Jika nafsu keinginan hadir di pikiran pada saat meninggal, maka kelahiran kembali akan terjadi.

Setelah mengucapkan puisi di atas, Sumedha memberikan ceramah kepada semua yang ada di istananya tentang betapa berharganya kelahiran sebagai manusia dalam *samsara* yang tiada

akhirnya. Hidup di dunia ini sangat berharga karena kita mendapatkan kesempatan yang sangat jarang untuk belajar cara mengakhiri kelahiran kembali dan penderitaan, untuk mempraktekkan ajaran Buddha. Sumedha juga membicarakan bahaya yang melekat pada kesenangan inderawi dan nafsu inderawi dan dia juga mengucapkan syair-syair tentang jalan mulia beruas delapan. Dia dengan antusias menasehati pengunjung.

> *Ketika yang tidak dapat mati (Nibbana) ada, untuk apa kenikmatan inderawi yang panas seperti api? Karena semua kenikamatan inderawi sebenarnya terbakar, berpijar, berkobar.*
>
> (v.504)

Ketika nafsu keinginan untuk sementara memperoleh tujuannya, perasaan nikmat yang dialami pikiran akan objek inderawi tersebut membawanya pada keadaan gembira dan aktivitas yang berlebihan. Sumedha menyarankan keluarganya untuk memandang jauh melampaui kesenangan-kesenangan yang tidak memberikan kedamaian dan mengekang seperti itu dan mengikuti kata-kata Yang Telah Tercerahkan yang menunjukkan jalan yang melampaui segala nafsu keinginan,

jalan menuju kedamaian sempurna. Dia mendorong keluarganya untuk mengingat manfaat jangka panjang yang akan mereka peroleh dan tidak terperangkap dalam kebahagiaan yang rapuh dan sementara dari pemuasan nafsu inderawi. Dia mengingatkan mereka dengan kata-kata yang harus kita ingat juga " Keinginan inderawi membakar siapa yang tidak dapat melepaskannya" (hal.176). Kemelekatan pada kenikmatan inderawi selalu membawa penderitaan. Emosi yang meluap-luap seperti itu, sekalipun terlihat menyenangkan secara sekilas, akan hilang dalam sekejap. Mereka muncul dan hilang disebabkan oleh kondisi yang tidak dapat kita kendalikan sepenuhnya. Kita cenderung ingin hal-hal yang menyenangkan terus ada walaupun faktanya hal tersebut memiliki sifat alami selalu berubah, menghilang dan memunculkan keadaan yang tidak bahagia. Puisi Sumedha yang menguraikan kebijaksanaan ini merupakan puisi yang terakhir di Therigatha yang asli dan puisi tersebut merangkum apa yang Buddha ajarkan mengenai bahaya dari nafsu keinginan.

Biksuni yang bernama Subha juga berbicara secara khusus tentang bahaya keinginan duniawi, menggunakan perumpamaan yang menakutkan untuk menunjukkan bahaya sangat besar yang ada pada kemelekatan duniawi. Dalam puisi berikut yang diambil

dari Samyutta Nikaya, seorang meditator dapat memperoleh banyak pemahaman dengan merenungkan perumpamaan Subha yang sangat tajam:

> *Semoga Saya tidak bertemu (lagi) dengan kesenangan inderawi, dimana tidak ada tempat perlindungan. Kesenangan inderawi adalah musuh, pembunuh, seperti kobaran api, (penuh) sakit.*
>
> *Ketamakan adalah penghalang, penuh dengan ketakutan, penuh gangguan, penuh duri, dan itu sangat buruk rupa. Ia merupakan penyebab kelumpuhan pikiran yang sangat mengerikan....*
>
> *Kesenangan inderawi membuat gila, menipu, mengganggu pikiran, sebuah jaring yang ditebar oleh Mara untuk mengotori batin makhluk.*
>
> *Kesenangan inderawi menghasilkan bahaya yang tiada akhir, menyebabkan banyak rasa sakit, mereka adalah racun yang dahsyat, mereka hanya memberi sedikit kesenangan, mereka menciptakan konflik,menyedot kering yang baik.*
>
> (vv.351f.,357f.)

Baris-baris ini menunjukkan pada kita bahaya dan penderitaan yang harus kita hadapi ketika kita membiarkan diri kita terjerat dalam nafsu keinginan duniawi. Hanya pemahaman secara pribadi akan bahaya-bahaya ini yang dapat memotivasi seorang meditator untuk menjadi benar-benar dipenuhi perhatian murni, sadar akan aktifitas fisik dan mentalnya dengan tanpa kemelekatan yang terus terjaga. Jika tidak, “perhatian murni”-nya bisa jadi dipaksakan, hanya berupa reaksi menekan perasaan melekat tanpa benar-benar membantu melepaskan simpul-simpul mental. Dengan mempelajari penderitaan yang harus kita hadapi jika kita terseret oleh nafsu keinginan kita, secara alamiah akan melonggarkan cengkeraman nafsu keinginan atas pikiran kita. Kita akan menyadari, seperti juga Subha, bahwa keinginan duniawi adalah musuh dan mereka merupakan awal dari segala penderitaan dalam kelahiran-kelahiran yang akan datang.

Salah satu tugas kita dalam mencari pembebasan, adalah melatih pikiran kita untuk melihat nafsu keinginan saat ia muncul di depan pintu indera. Kita juga harus melihat keinginan saat ia bertahan dan menghilang. Dengan melakukannya berulang kali, kita akan memahami bahwa segala nafsu keinginan atau kemelekatan pasti akan menyebabkan ketidakbahagiaan. Dengan jalan ini, secara bertahap kita melatih

pikiran untuk melepaskan semua nafsu keinginan dan penolakan terhadap objek-objek indera.

Mereka yang mencoba mempraktekkan perhatian murni ini tanpa pelatihan khusus yang spesifik akan cenderung gagal, karena manusia duniawi, orang biasa, tidak melihat adanya penderitaan dalam kemelekatan. Seorang manusia duniawi hanya dapat melihat kebahagiaan yang ia harap akan muncul. Dia selalu berpikir, “Jika saja semua terjadi sesuai rencana, semuanya akan baik-baik saja.” Tetapi sejalan dengan pemurnian aktivitas tubuh dan ucapan kita melalui moralitas *(sîla)*, menenangkan pikiran kita melalui konsentrasi, dan melatih meditasi Vipassana di bawah bimbingan guru yang baik, kita akan melihat lebih dan lebih jelas lagi bagaimana semua keinginan adalah penderitaan dan akan membawa lebih banyak penderitaan di masa depan. Kita kemudian juga akan menyadari seberapa seringnya memperoleh objek yang diinginkan ternyata merupakan antiklimaks yang meninggalkan perasaan—bukan kebahagiaan yang dinantikan—tetapi hanya perasaan kosong. Dengan pikiran yang tenang kita dapat dengan jelas melihat perasaan tertekan, sedih, dan tidak bahagia yang disebabkan karena ketidakpuasan yang bersinambungan, ketidakpuasan ini

sendiri muncul karena nafsu keinginan yang terus mendorong pikiran untuk mengejar berbagai objek inderawi.

Karena itu, pikiran selalu berlari – sekarang menuju apa yang secara bodoh dipandang sebagai sesuatu yang “diinginkan”, sekarang menjauhi apa yang dianggapnya “tidak diinginkan”. Dalam meditasi Vipassana, pikiran yang terkonsentrasi dilatih mengalami langsung sifat ketidakkekalan tubuh dan pikiran itu sendiri dan juga objek indera dari luar. Dengan pengalaman langsung atau pandangan cerah melalui pengalaman, “kebahagiaan” yang begitu sering dicari oleh manusia awam terlihat hanya sebagai bentuk lain dari penderitaan dan ketegangan abadi yang disebabkan ketidaktahuan dan nafsu keinginan yang terselubung dalam pikiran yang belum bebas, semua ini menjadi jelas. Karena kesenangan inderawi sudah dilihat bagaikan api yang berkobar seperti yang dijelaskan oleh para biksuni, pikiran secara alami akan melepas semua bentuk-bentuk nafsu keinginan ini. Pikiran demikian telah mempelajari dengan tuntas ajaran yang para biarawati peroleh dari guru mereka kemudian diteruskan pada kita: penderitaan secara alami ada dalam nafsu keinginan.

Bahaya pada Kemelekatan Terhadap Kecantikan Seseorang

Dari zaman dahulu hingga sekarang, setiap wanita dalam kondisi apapun telah menggunakan berbagai cara untuk meningkatkan kecantikan dan menyembunyikan tanda-tanda penuaan mereka. Meskipun demikian, semua hal ini hanyalah cara yang sia-sia untuk berpura-pura bahwa badan ini tidak bertambah tua, untuk menyembunyikan dari dunia luar bahwa sebenarnya badan ini sedang hancur sedikit demi sedikit. Tapi jika, bukannya krim dan lotion, melainkan kebijaksanaan yang dioles pada proses penuaan, hal ini dapat membantu memperdalam pemahaman kita terhadap ketidakabadian dalam segala hal.

Ambapali adalah seorang bangsawan yang kaya dan cantik ketika zaman Buddha. Sebelum beliau mendengarkan kotbah Buddha, hal yang paling ia perhatikan adalah bagaimana untuk menambah dan mempertahankan kecantikkannya yang sudah terkenal. Dengan bimbingan Buddha, ia bisa menghadapi penuaan yang tak bisa dihindari dan kehilangan kecantikannya, serta memahami derita-derita yang disebabkan oleh usia tua. Syair-syairnya dapat juga merangsang pemahaman kita:

Mataku dulu bercahaya, sangat berkilau bagai permata, sangat hitam dan lentik. Dilindas oleh usia tua, mereka tak lagi tampak indah. Sesuai dengan yang dikatakan oleh Ia yang Bicara tentang Kebenaran (Buddha)...

Tanganku dulu tampak cantik, dihiasi cincin permata yang indah, dan dikelilingi emas. Dikarenakan usia tua, mereka tampak seperti bawang dan umbi. Sesuai dengan yang dikatakan oleh Ia yang Bicara tentang Kebenaran (Buddha)...

Tubuhku dulu tampak cantik, seperti selembar emas yang dipoles dengan baik. (Sekarang) tubuh ini ditutupi oleh keriput-keriput halus. Sesuai dengan yang dikatakan oleh Ia yang Bicara tentang Kebenaran (Buddha)....

Seperti itulah tubuh ini dulu. (Sekarang) ia renta dan rapuh, sarang berbagai penyakit, rumah tua dengan dinding yang tembok yang mulai runtuh, Sesuai dengan yang dikatakan oleh Ia yang Bicara tentang Kebenaran (Buddha)....

(vv. 257,264,266, 270)

Ambapali melihat bagaimana semua pesona dari tubuh pasti akan berubah menjadi keburukan dan kesakitan ketika proses penuaan menggerogotinya, itu pasti, seperti yang telah Buddha ajarkan. Semua kecantikan fisik, tidak peduli bagaimana sempurnanya ia terlihat pada waktu muda, tidaklah abadi. Bahkan pada saat puncak masa muda kita, meskipun tak tampak, kecermerlangan mata kita, sudah mulai meredup; kekuatan dari tangan dan kaki kita sudah mulai layu; kehalusan kulit kita sudah mengeriput. Ambapali mengingatkan pada kita bahwa ketidakabadian dan pasti rusak adalah sifat alami dari semua tubuh dan juga segala sesuatu yang ada di dunia.

Khema, ratu dari Raja Bimbisara, adalah seorang wanita lain yang terpikat dengan kecantikannya sendiri sebelum bertemu Buddha. Tapi khema telah membuat tekad pada zaman Buddha sebelum Buddha Gotama untuk memperoleh kebijaksaksanaan yang mulia di bawah bimbingan Buddha Gotama. Selama masa Buddha-Buddha sebelum Buddha Gotama, beliau membuat taman-taman yang dipersembahkan kepada setiap Buddha dan Sangha-Nya.

Tetapi pada masa tumimbal lahir terakhirnya, Khema sangat enggan bertemu Buddha Gotama. Mungkin "Kekuatan Mara"nya sedang membuat usaha yang terakhir untuk

mempertahankan beliau dalam *samsara*. Meskipun begitu, usaha tersebut gagal karena dorongan *kamma* bajiknya telah memastikan bahwa saat itu merupakan tumimbal lahirnya yang terakhir. Raja Bimbisara hampir harus memperdaya Ratu Khema untuk membuat beliau pergi kepada Buddha karena Ratu Khema sangat melekat kepada penampilannya dan takut bahwa Buddha akan membencinya. karena hal ini. Jika kita pernah punya perasaan penolakan terhadap Dhamma, kita dapat menggunakan contoh kisah Ratu Khema untuk mengingatkan diri kita sendiri akan sifat keadaan mental ini yang sementara. Sehingga kita tidak akan menganggap hal tersebut sebagai dosa pribadi yang luar biasa besar. Kebiasaan lama pikiran tidaklah murni, sehingga kadang ia pasti memberontak melawan proses pemurnian.

Tetapi Buddha tahu bagaimana untuk menjinakkan kesombongan dan kecongkakkan Khema. Beliau menciptakan ilusi seorang wanita yang jauh lebih menarik daripada Khema. Ketika Khema datang ke kediaman Buddha, Khema melihat wanita ini sedang mengkipasi Buddha. Lalu di depan mata Sang Ratu, Buddha membuat bayangan yang cantik tersebut bertambah tua dan tua, sampai akhirnya ia hanya merupakan tulang-tulang yang mulai hancur. Melihat hal ini, hal pertama

yang Khema sadari adalah bahwa kecantikannya bukanlah tanpa tanding. Hal ini menghancurkan kesombongannya. Hal yang kedua dan hal yang lebih penting, dia mengerti bahwa dirinya sendiri pun harus bertambah tua dan renta.

Buddha kemudian memberikan khotbahnya dan Khema kemudian menjadi seorang Pemasuk Arus. Kemudian dengan sangat cepat, beliau berhasil melalui semua tahap pencerahan dan menjadi Arahat pada saat itu juga. Setelah itu Buddha memberitahu Raja Bimbisara bahwa Ratu Khema harus ditahbiskan atau beliau akan meninggal, dan Sang Raja, yang belum siap kehilangan ratu Khema begitu cepat, memberikan izinnya pada Ratu Khema untuk ditahbiskan. Jadi ia ditahbiskan ketika ia telah menjadi Arahat – salah satu dari kisah yang jarang dimana seseorang telah menjadi Arahat sebelum memasuki Sangha. Khema telah membangun *parami* yang unik dengan memberikan persembahan yang luar biasa kepada Buddha-Buddha sebelumnya dan mempelajari Ajaran mereka sepenuhnya. Di sini kita bisa melihat bahwa sangat penting untuk membuat karma baik berdasarkan kebijaksanaan yang kuat pada kehidupan sekarang ini, meskipun kita tidak memperoleh jalan *(Magga)* atau buah *(Phala)* Praktek apapun pada kehidupan ini. Makin banyak perbuatan baik yang kita

lakukan dengan kebijaksanaan, akan makin mudah bagi kita untuk mencapai tujuan ketika saatnya telah tiba. Meditasi, tentu saja, adalah perbuatan yang paling berharga dari segala perbuatan-perbuatan bajik.

Pada Therigatha, puisi Khema berbentuk percakapan dengan Mara, mahkluk yang mengatur dan melambangkan kekuatan jahat. Mara memuji kecantikkannya, dan balasan dari Khema menunjukkan bagaimana pandangannya terhadap dirinya sendiri dan kehidupan telah berubah total sekarang ketika ia telah mengerti sepenuhnya tentang sifat alami segala sesuatu :

> *Melalui badan yang kotor ini, yang ditempati oleh penyakit dan kebusukan.*
> *Aku merasa muak dan tertekan. Kemelekatan akan nafsu duniawi telah dicabut.*
> *Nafsu keinginan tubuh dan pikiran mengiris seperti pisau dan tombak*
> *Jangan berbicara kepadaku akan kebahagiaan dalam setiap kesenangan inderawi!*
> *Kesia-siaan seperti itu tak lagi menyenangkan bagiku*
>
> (hal. 83)

Lalu beliau menghubungkan Mara dengan orang yang mempercayai bahwa hanya ritual semata akan mengarah kepada purifikasi mental. Khema menyatakan bahwa orang-orang seperti itu, yang memuja api atau berbagai rasi bintang, dan lain sebagainya, adalah orang-orang yang tidak mengetahui mengenai kenyataan dan tidak bisa menghilangkan kecenderungan kekotoran batin mereka dengan praktik-praktik semacam itu. Karena itulah, kepercayaan bahwa ritual dan upacara dapat membawa pembebasan harus dihilangkan untuk mencapai tahap Pemasuk Arus.

Khema menyimpulkan puisinya dengan seruan akan ucapan terima kasih yang mendalam kepada Buddha, yang termulia di antara manusia. Baris terakhir dari puisinya adalah "auman singa" yang mengelegar

> *(Aku) benar-benar bebas dari segala duka*
> *Pelaksana dari Ajaran Buddha*

(hal. 3-4)

Khema telah melakukan (telah mempraktikkan) pesan-pesan dari para Buddha dan hal ini telah membawanya melewati alam *samsara*.

Percakapan-Percakapan Lain dengan Mara

Beberapa dari ceramah di Therigatha juga berbentuk diskusi dengan Mara. Biasanya, Mara bertanya kepada biksuni yang telah menjadi Arahat mengapa ia tidak tertarik dengan "Kenikmatan Hidup". Contohnya Mara mendorong Sela untuk menikmati kesenangan-kesenangan inderawi selagi masa muda masih mengizinkannya. Balasan dari Theri mengenai bahaya-bahaya akan kesenangan semacam itu menyajikan kiasan yang sama kuatnya dengan yang digunakan Biksuni Sumedha :

> *Kesenangan sensual seperti pedang dan tombak; elemen-elemen dari kehidupan duniawi merupakan papan potong (talenan) untuk mereka; apa yang kau sebut 'kenikmatan duniawi' sekarang 'bukan lagi kebahagiaan' untukku.*
>
> (v58)

Tentu saja banyak dari kita pernah mendengar Mara dalam diri kita mendorong kita untuk "pergi dan bersenang-senang dan tidak mempedulikan konsekuensi karma jangka panjang". Tapi jika kita bisa memperingatkan diri kita cukup sering dan cukup awal akan rasa sakit akibat "kebahagiaan semacam itu" – khususnya yang melanggar *sîla*– kita bisa melihat melampaui

kesenangan indera dan secara bertahap menghilangkan kemelekatan kita terhadapnya.

Pada satu ceramah dalam Samyutta Nikaya, Cala memberitahu Mara bahwa, tidak seperti mahkluk-mahkluk lainnya, beliau tidak menemukan kebahagiaan dalam kelahiran meskipun kehidupan bisa memberikan kita kesenangan duniawi. Dengan penjelasan sederhana yang jelas, beliau menunjukkan bahwa semua kelahiran mendatangkan penderitaan :

> *Begitu lahir kita meninggal, Begitu lahir kita melihat penderitaan kehidupan–*
>
> *Ikatan-ikatan, siksaan-siksaan, dan nyawa yang terputus.*
>
> (hal.186)

Kita juga harus menumbuhkan pemahaman ini untuk mengembangkan ketidakmelekatan dari kesenangan inderawi beracun yang ditawarkan kehidupan duniawi.

Doktrin Anatta

Satu aspek yang unik dari Ajaran Buddha adalah doktrin anattanya, keadaan tanpa diri yang kekal, tanpa inti yang kekal, tanpa ego atau jiwa dari semua fenomena. Karakter yang universal ini sulit dipahami karena hal ini bertentangan dengan

pandangan kita yang paling mendasar bahwa "Aku" ada, bahwa "Aku" melakukan, dan bahwa "Aku" merasakan.

Sakula, pada baris berikut dari puisinya di Therigatha, dengan singkat mengekspresikan pengertiannya yang mendalam terhadap keadaan yang tanpa diri dari semua benda yang terbentuk.

> *Melihat satu elemen pembangun diri sebagaimana yang lain, timbul dikarenakan sebab akibat, rentan terhadap kehancuran, aku menghilangkan semua noda. Aku telah menjadi tenang, terpuaskan*
>
> (v.101)

Sakula telah mencapai Nibbana karena beliau melihat dengan jelas bahwa semua hal yang biasanya kita anggap sebagai "diri sendiri", pada faktanya, tidak memiliki unsur diri sama sekali. Beliau tahu bahwa setiap fenomena timbul dan tenggelam setiap saat hanya karena sebab akibat. Pemahaman ini telah mencabut semua kecenderungan untuk melekat pada *sankhara* atau "elemen diri" sehingga semua kecenderungan kekotoran batin telah berhenti.

Ketika Mara bertanya pada biksuni Sela, "Siapa yang membuat tubuh ini, darimana tubuh ini berasal, dan kemana tubuh ini akan pergi? Ia memberi balasan (seperti satu ayat yang

terdapat dalam Samyutta Nikaya), sebuah ceramah mengenai ketiadaan ego.

> *Boneka ini tidak membuat dirinya sendiri, tidak juga*
> *Kumpulan keburukan ini dibuat oleh makhluk lain.*
> *Karena sebuah sebab ia muncul;*
> *Karena hancurnya sebuah sebab ia menghilang.*
> *Seperti sebuah bibit yang ditanam di ladang,*
> *Yang mana, ketika mendapatkan cita rasa dari bumi*
> *Dan juga kelembaban – karena kedua hal inilah bibit tersebut dapat berkembang*
> *Begitu juga dengan lima unsur, elemen-elemen*
> *Dan keenam bentuk kesadaran indera– semua hal ini*
> *Karena suatu sebab mereka muncul;*
> *Dan karena hancurnya sebuah sebab mereka menghilang*

(hal. 189-190)

Setelah (analogi) perbandingan dengan bibit, keempat baris terakhir membahas diri sebagaimana adanya–gabungan dari fenomena yang selalu berubah dan tergantung kondisi. Kelima unsur membentuk *nama* (batin) dan *rupa* (fisik), yang mana masing-masing terdiri dari kelompok faktor-faktor yang bersifat

sementara. *Nama*, sisi batin dari keberadaan kita, terdiri dari empat faktor yang tidak berbentuk, yaitu perasaan (*vedana*), persepsi (*sanna*), bentuk-bentuk kesadaran (*sankhara*), dan kesadaran (*vinnana*), yang semuanya timbul secara bersamaan pada setiap saat. Rupa, yang bisa merupakan benda-benda yang ada di luar tubuh, atau bagian dari tubuh kita sendiri, terdiri dari empat sifat fisik mendasar — kepadatan, kohesi, suhu, dan getaran — bersama dengan berbagai jenis materi fisik turunan mereka dalam kelompok-kelompok materi sangat kecil yang disebut *kalapa*, timbul dan tenggelam berjuta-juta kali setiap detiknya.

Setiap unsur-unsur timbul karena sebab-sebab tertentu, dan ketika penyebab-penyebab ini menghilang, kumpulan ini juga akan menghilang. Sebab-sebab, atau kondisi-kondisi, berhubungan dengan akibat dalam hukum sebab musabab yang saling bergantungan (*paticcasamupada*), yang merupakan pusat dari Pencerahan Buddha sendiri. Kalimat yang diulang dari puisi Sela (baris ke3-4 dan 10-11) sebenarnya merupakan bentuk lain dari penjelasan paling umum mengenai hukum tersebut sebagaimana yang sering disebut dalam sutta:

Ketika ini ada, maka hal itu ada

Ketika hal ini muncul, maka hal tersebut akan muncul

Ketika hal ini menghilang, maka hal tersebut tidak akan muncul

Dengan berhentinya hal ini, maka hal itu berhenti.

Hubungan yang paling relevan dalam siklus sebab musabab yang paling berhubungan dengan syair Sela adalah : “Dengan kesadaran sebagai kondisi, maka fisik dan batin akan timbul”. Pada saat pembuahan, *nama-rupa* (dalam kasus ini tanpa kesadaran) timbul karena kesadaran penerus tumimbal lahir. Selanjutnya, selama proses hidup, *nama*, unsur-unsur mental, menjadi terbentuk akibat ketidaktahuan, kamma masa lalu, obyek yang kita tangkap dari pintu indera kita, dan banyak sekali kondisi lainnya. *Rupa*, benda yang menjadi tubuh ini, muncul sepanjang hidup kita karena makanan, cuaca, keadaan pikiran kita saat itu, dan karma masa lalu kita.

Sela juga menyebut elemen-elemen sebagai, *dhatu*, sebuah kata yang Buddha gunakan untuk berbagai kumpulan fenomena. Mari kita melihat ke-18 elemen (*dhatu*). Kelima indera (mata, telinga, hidung, lidah, dan kulit), objek dari indera tersebut (warna dan bentuk, suara-suara, bebauan, rasa, dan sentuhan) dan kelima jenis kesadaran yang bergantung pada mereka (indera-indera tersebut), semua itu menjadi 15 dari 18 elemen tersebut. Pikiran sebagai alat, objek-objek mental (ide-ide),

dan kesadaran yang timbul ketika keduanya bertemu adalah bagian terakhir dari masing-masing kelompok, lengkap membentuk ke-18 elemen tersebut.

Buddha menganalisis semua fenomena yang berkondisi menjadi unsur-unsur dasar dengan berbagai cara untuk memudahkan bagi para pendengar-Nya yang memiliki latar belakang beraneka ragam. Untuk beberapa muridnya, konsep ke-18 elemen dapat dimengerti dengan jelas, yang lain lebih mengerti konsep kelima unsur (*panca khanda*). Apapun pengertian yang kita punya, apa yang harus kita pahami sebagaimana Sela adalah tidak ada satu pun dari hal-hal ini adalah “aku”, atau “milikku”, atau “diriku”. Semua fenomena ini – unsur, elemen, alam (*dhatu*)— timbul karena kondisi-kondisi tertentu, dan ketika kondisi-kondisi ini berakhir, secara alami semua itu juga harus berakhir. Ketika sebab-sebab tersebut telah sampai pada batasnya, semua aspek yang secara salah kita anggap sebagai “aku” dan “milikku” akan menghilang. Jadi kita melihat bersama Sela bahwa dimanapun tidak ada “Aku” yang nyata, mandiri, atau abadi, dengan kekuatan untuk menciptakan dan mempertahankan dirinya sendiri. Yang ada hanya konsep “aku ada” yang disebabkan karena ketidaktahuan, yaitu ketidakmampuan kita melihat tubuh dan pikiran sebagaimana

adanya. Ide tentang “Aku” sendiri tidak mempunyai inti, ide itu berasal dari sebab-sebab; dan juga tidak abadi, pasti akan lenyap sepenuhnya ketika ketidaktahuan dan kondisi-kondisi yang mendukungnya telah hilang. Keadaan ini disebut pencapaian Arahat.

Pelenyapan ketidaktahuan berlangsung selangkah demi selangkah dalam meditasi Vipassana. Semua aspek dari kumpulan tubuh dan pikiran akan dikenali dengan jelas pada keadaannya yang sejati sebagai keadaan yang berkondisi, tidak berinti, sementara, dan menekan. Seseorang akan benar-benar memahami bahwa hanya ketika kondisi-kondisi yang tepat datang, barulah satu “mahkluk” akan lahir. Hanya saat itulah, kelima unsur kehidupan yang terus berubah akan memulai sebuah kehidupan baru dengan dasar-dasar, elemen-elemen, dan organ-organ indera. Jika kita mendalami analogi mengenai bibit yang telah disampaikan Biksuni Sela, kita akan melihat—sehubungan dengan diri kita sendiri—bagaimana rangkaian yang terus menerus dari sebab dan akibat, karma dan hukum kehidupan lainnya `mengatur semua kehidupan ini. Kita akan menemukan bahwa tidak ada aku yang mendasari atau aku yang terus menerus ada yang melakukan atau mengalami semuanya, dan kita akan mulai untuk melonggarkan kemelekatan kita

terhadap "diri" yang sebenarnya tidak eksis ini. Baru kemudian kita akan mulai menghilangkan penderitaan mengerikan yang muncul bersamaan dengan pandangan salah ini.

Penderitaan mengikuti kepercayaan yang salah tentang adanya "Aku", yang biasanya dikenal dengan *sakkayaditthi (pandangan yang salah mengenai diri yang abadi).* Berdasarkan pandangan ini, pikiran menciptakan segala pikiran kemelekatannya : "Aku harus mempunyai itu", "Aku tidak menyukai itu", "Ini milikku". Pada dasarnya karena pandangan salah mengenai diri yang mampu mengendalikan dirinya sendiriah yang menyebabkan kita terus berkelana dan menderita selama berkalpa-kalpa di *samsara* ini. Jika kita ingin menghilangkan semua *dukkha* dari keberadaan kita, seperti yang dilakukan Theri Sela, kita harus mengembangkan pandangan cerah melalui meditasi Vipassana sampai pada tingkat dimana pengertian kita akan kebenaran sejati mengenai tubuh dan pikiran ini dapat melenyapkan pandangan salah mengenai adanya "aku". Kita dapat menggunakan kata-kata sang Biksuni untuk merangsang pengalaman meditasi kita sendiri mengenai sifat dari lima unsur tersebut yang tidak mempunyai inti.

Pria dan Wanita di dalam Dhamma

Perbedaan antara pria dan wanita dalam hubungannya dengan Dhamma adalah isu yang hanya sedikit dibicarakan di *Therigatha.* Isu itu biasanya berupa dua bentuk: bentuk pertama berupa puisi-puisi yang membicarakan tentang tidak pentingnya jenis kelamin seseorang dalam upaya memperoleh pandangan cerah, dan bentuk kedua berupa kisah-kisah dimana seorang biarawati secara pribadi menginspirasi atau memberi pelajaran kepada seorang pria melalui ceramah. Cerita tentang Sumedha dan Rohini telah didiskusikan termasuk bentuk yang kedua.

Sebuah contoh bentuk pertama adalah tantangan Soma kepada permintaan Mara mengenai kemampuan wanita untuk mencapai tingkat kesucian Arahat. Soma menunjukkan kapada Mara bahwa kapasitas untuk memperoleh pandangan cerah untuk mencapai pembebasan tidak harus terhalangi oleh “Sifat Kewanitaan.” Pertemuan Soma dengan Mara dalam Kitab *Therigata* dijelaskan dalam Samyutta Nikaya, di mana dia bertanya kepada Mara secara retoris..

Apa yang bisa dilakukan sifat kewanitaan pada Ia
Yang hatinya telah kokoh, Ia yang selamanya

Memiliki pengetahuan yang terus berkembang dalam

Jalan Dharma.

(hal. 4-5; 182-183)

Jika seseorang benar-benar mengembangkan moralitas, konsentrasi dan kebijaksanaan, tidak masalah apakah orang tersebut lahir sebagai seorang pria atau wanita. Pengetahuan mendalam (insight) untuk "benar-benar memahami aturan duniawi" seluruhnya terlepas dari perbedaan-perbedaan kecil seperti jenis kelamin, ras, kasta, dan lain-lain. Soma menambahkan bahwa jika seseorang masih berpikir, "Apakah jika demikian saya seorang wanita, atau seorang pria, atau jika begitu saya bukan apa?" Orang tersebut berada di bawah kendali Mara. Mengkhawatirkan hal-hal itu artinya anda masih berada pada tingkat mencari kebenaran duniawi, melekat pada Aku yang sebenarnya tidak ada. Berulang kali mengkhawatirkan jenis kelamin yang lebih baik atau "ketidakadilan" wanita memunculkan karma buruk. Pemikiran seperti ini berakar pada kemelekatan terhadap "Aku" dan "Milikku" dan berhubungan dengan niat buruk *(dosa)* atau nafsu keinginan *(lobha)*.

Apalagi, menghabiskan waktu pada hal-hal tersebut mengalihkan perhatian kita dari tugas penting memurnikan diri. Meditator yang berkeinginan melepaskan cengkraman Mara

harus membuang pikiran-pikiran tersebut begitu pikiran-pikiran itu muncul. Kita seharusnya tidak seharusnya mengikuti dan mengembangkan lebih jauh pikiran tersebut. Soma dan biarawati lainnya sepenuhnya mengikuti nasehat Buddha ketika mereka mendorong kita untuk hanya mengupayakan hal-hal yang akan membuat kita membebaskan diri dari segala penderitaan. Segala persoalan lainnya akan menjadi tidak penting dan akan berlalu seiring tumbuhnya kebijaksanaan. Ketika kita mengetahui sepenuhnya bahwa semua makhluk hanya merupakan proses pikiran dan tubuh yang tanpa diri dan tidak stabil, menghasilkan kamma dan merasakan buahnya, pikiran kita akan fokus pada kebenaran sejati dan tidak tertarik pada hal-hal konvensional.

Kisah dari seorang Biksuni yang dikenal sebagai “Ibu Vaddha” adalah sebuah kisah di mana seorang biksuni secara khusus membimbing seorang pria dalam Dhamma. Wanita ini bergabung dengan Sangha ketika anaknya Vaddha masih kecil; karena itu anaknya dibesarkan oleh sanak keluarga yang lain. Setelah bertahun-tahun, anaknya Vaddha juga ditabhiskan dan suatu hari pergi menemui ibunya di pondok biksuni. Pada saat itu, ibunya menasehati dan menginspirasi anaknya untuk mencari dan memperoleh tujuan yang tertinggi:

Vaddha, semoga kamu tidak pernah lagi memiliki hasrat akan dunia.

Anakku, jangan berulang-ulang lagi menjadi orang yang merasakan penderitaan

Bahagia, bena-benar, Vaddha, berdiam sang Ariya, bebas dari nafsu, tanpa keragu-raguan, menjadi tenang, telah mencapai pengendalian diri, (makhluk) tak bernoda.

Oh Vaddha, curahkan dirimu untuk berlatih mencapai pengetahuan sempurna, untuk mengakhiri penderitaan.

(vv.204-205)

Dari syair-syair ini, Vaddha menyimpulkan bahwa ibunya telah mencapai tujuan, sebuah fakta yang ditegaskan oleh ibunya, Ibunya kembali mendorong dia untuk mengembangkan "Jalan menuju penghentian penderitaan" bagi dirinya sendiri. Vaddha, terinspirasi secara mendalam oleh perkataan ibunya, juga mencapai tujuan dan kemudian mengatakan syair-syair yang memuji ibunya:

Adalah benar ibuku, karena berwelas asih padaku,
memberikan dorongan yang luar biasa kepada saya,
(yaitu) syair yang berhubungan dengan tujuan tertinggi.
Mandengar ucapannya, petunjuk ibu saya, saya
memperoleh kebahagiaan meluap-luap atas Dharma,
untuk mencapai keadaan berhenti dari segala
kegelisahan..

(vv. 210-211)

Disini kita menemukan contoh bentuk kisah wanita yang telah mencapai tingkat kesucian tertinggi, dengan ajaran Dhamma yang tepat pada waktunya, menginspirasi seorang pria yang *parami*-nya matang untuk berupaya sekeras mungkin dan mencapai penerangan sempurna.

LIMA AGREGAT DAN NIBBANA

Culavedalla Sutta (*Middle Length Sayings*, Vol. I) merupakan sutta lain yang menceritakan seorang biksuni memberi petunjuk kepada seorang pria. Tulisan penting ini berbentuk ceramah tentang sejumlah ajaran penting Dhamma yang diberikan oleh theri Dhammadinna sebagai jawaban atas pertanyaan-pertanyaan yang ditanyakan oleh mantan suaminya, umat awam Visakha. Mereka telah menikah cukup lama ketika dia mencapai

tingkat kesucian ketiga, yaitu yang tidak kembali lagi (*anâgâmi)*, dengan melenyapkan seluruh keinginan jahat dan nafsu keinginan yang tersisa. Dhammadinna kemudian belajar dari suaminya bahwa wanita juga dapat menyucikan pikiran dan Dhammadinna memperoleh izinnya untuk menjadi biksuni. Pada saat diskusi ini, dia telah mencapai tingkat kesucian Arahat, tingkat kesucian yang keempat dan terakhir.

Pertama, Visakha menanyakan kepada Dhammadinna apakah yang sebenarnya Buddha maksud ketika menggunakan bahasa awam, berkata "diri sendiri."[3] Sebagai seorang *anâgâmi*, Visakha mengetahui jawaban dari pertanyaan dasar ini, tetapi dia menanyakannya sebagai pendahuluan atas kumpulan pertanyaannya. Jawaban Dhammadina merupakan sesuatu yang sebaiknya kita renungkan. Dia berkata bahwa "kelima agregat dari kemelekatan" (*pancupadanakkhandha*) meliputi "diri sendiri." Dia menjelaskan aggregat atau kelompok kemelekatan sebagai berikut:

Kelompok kemelekatan terhadap bentuk materi,
Kelompok kemelekatan terhadap perasaan,
Kelompok kemelekatan terhadap persepsi,
Kelompok kemelekatan terhadap kebiasaaan (bentuk kesadaran)

Kelompok kemelekatan terhadap kesadaran

Agregat tersebut dipandang dan dilekati sebagai diriku atau milikku: ini adalah *sakkayaditthi*, pandangan bahwa terdapat diri yang kekal. Sesungguhnya, tidak ada diri yang kekal atau pengendali yang kekal ketika kita membicarakan konsep aku. Hanya kemelekatan terhadap lima kelompok, yang jika disatukan adalah penyusun "diriku" yang kita anggap ada, yang mengabadikan ilusi kita bahwa terdapat sesuatu yang benar-benar eksis. Jika kita dapat melihat hal ini, kita akan menyerang *sakkayaditthi* dan akan mengerti bahwa sebenarnya tidak ada inti yang kekal, yang ada hanya kelima agregat ini, yang mana semua komponennya akan terus berubah.

Pertanyaan Visakha selanjutnya kepada Dhammadinna adalah mengenai alasan munculnya agregat-agregat itu. Mengutip perkataan Buddha, dia menjawab bahwa penyebab kelima agregat adalah " nafsu keinginan (yang) berhubungan dengan tumimbal lahir, disertai kesenangan dan kemelekatan, menemukan kesenangan dalam hal ini dan hal itu, yaitu, keinginan memperoleh kesenangan inderawi, keinginan akan pembentukan, keinginan akan pemusnahan."

Semua nafsu keinginan berkontribusi terhadap munculnya kelima agregat berulang kali. Kemelekatan terhadap barang-

barang di dunia ini ataupun alam-alam surgawi akan menuntun kita untuk terlahir kembali di alam tersebut disertai penderitaan yang baru, baik kasar ataupun halus. Keinginan untuk terus melanjutkan hal ini ("keinginan akan pembentukan") memperkuat kemelekatan dan ketidaktahuan sehingga memaksa kita untuk terus dalam *samsara*. Kepercayaan bahwa tidak ada kehidupan lagi setelah kematian (berakar dalam "keinginan akan pemusnahan diri") merusak doktrin mengenai kamma dan akibatnya, pengertian yang penting untuk menunjang hidup bermoral.

Setelah serangkaian pertanyaan dan jawaban yang panjang dan mengulas tentang empat kebenaran mulia, pencapaian penghentian; perasaan, dan lain-lain. Visakha menanyakan pertanyaan terakhir: "Apakah, wahai wanita terhormat, yang sebanding dengan Nibbana?" Disini Dhammadinna harus menghentikannya :

3. Dalam bahasa Pali, *sakkaya*. Terjemahan I.B. Horner terhadap istilah ini adalah sebagai "tubuh sendiri" mungkin menimbulkan persepsi yang salah. Meskipun kata *kaya* secara harfiah berarti "tubuh," kata tersebut sering digunakan untuk menyatakan kumpulan sesuatu, seperti "sekelompok manusia." Di sini kata

tersebut merujuk pada kumpulan fenomena psiko-fisik yang dikenali manusia awam sebagai dirinya.

Pertanyaan ini sudah terlalu jauh, sahabatku Visakha, itu di luar jangkauan sebuah jawaban. Sahabatku Visakha, *"the Brahmafaring"* adalah untuk menyelami Nibbana, untuk menyeberang dan mencapai Nibbana, untuk mencapai puncak pada Nibbana.

Tidak ada yang mungkin dapat dibandingkan dengan Nibbana karena segala sesuatu yang lain, baik mental ataupun fisik, muncul dan berhenti karena adanya kondisi. Nibbana sendirilah yang tidak terkondisi dan tidak berubah. Melampaui dunia fana, fenomena yang tidak memuaskan menuju kedamaian sempurna dari Nibbana adalah tujuan ajaran Buddha dan tujuan umat Buddha yang serius. Adalah sangat bermanfaat mengingat tujuan ini bahkan selama tahap-tahap awal meditasi, ketika hal itu terlihat begitu jauh dan kabur. Aspirasi untuk mencapai Nibbana bersifat kumulatif. Jika ia sering direnungkan, diulang-ulang dan digabungkan dengan praktek Vipassana, aspirasi ini akan menjadi kondisi yang mendukung pencapaian Nibbana itu sendiri. Sering mengingat kembali tujuan juga akan menghindarkan diri kita teralihkan oleh pengalaman

menyenangkan yang dijumpai seseorang saat menempuh jalur Dhamma.

Setelah sesi pertanyaan dan jawaban ini, Dhammadinna menyarankan kepada Visakha untuk bertanya kepada Sang Buddha tentang semua ini sehingga dia yakin dan mempelajari jawaban-jawaban itu dengan baik. Visakha menerima ide Dhammadinna dan menceritakan kepada Buddha mengenai seluruh percakapannya dengan theri itu. Buddha memuji theri dengan kalimat berikut:

Pintar, Visakha, bhikkuni Dhammadina, (ia) memiliki kebijaksanaan yang tinggi... Jika kamu menanyakan saya mengenai hal itu, Saya akan menjawab serupa seperti yang telah dijawab oleh bhikkkhuni Dhammadinna.

Kamma dan Buahnya

Akhirnya, mari kita lihat puisi yang mana seorang biksuni menjelaskan dengan detail sedikit kehidupannya yang sebelumnya dan menunjukkan pada penanyanya bagaimana dia memahami hukum kamma sebab akibat yang mendasari pengalaman-pengalaman hidupnya yang sekarang.

Isidasi telah membuat banyak *parami* sejak dahulu pada zaman-zaman Buddha sebelumnya. Tetapi tujuh kehidupan

sebelumnya, ketika dia menjadi seorang pemuda, dia telah berzinah. Setelah meninggal dunia, Isidasi harus merasakan penderitaan akibat perbuatan yang tidak bermoralnya:

Setelah meninggal, dalam waktu yang lama saya dibakar dalam neraka Avici
Kemudian lahir kembali dalam tubuh seekor kera,
Tujuh hari saya hidup kelaparan sebelum kepala suku kera, mengkebiri saya,
Demikianlah buah dari sikapku yang menuruti nafsu birahi
Setelah meninggal di hutan Sindh
Lahir sebagai anak kambing bermata satu
Dan pincang, dua belas tahun aku menjadi kambing yang dikebiri, digerogoti cacing..
Dalam keadaan sakitpun, saya memanggul anak-anak di punggung,
Demikianlah buah dari sikapku yang menuruti nafsu birahi

(hal.157)

Selanjutnya dia terlahir sebagai seekor anak lembu dan kembali dikebiri, dan sebagai seekor lembu jantan ia menarik bajak dan pedati. Kemudian, karena buah karma buruk yang paling berat telah berbuah, Isidasi terlahir kembali di dunia manusia. Tetapi masih memperoleh kelahiran yang aneh yaitu sebagai seorang anak yang berkelamin ganda dari seorang budak. Kehidupannya tersebut tidak berlangsung panjang. Selanjutnya, dia terlahir sebagai seorang putri dari pria yang dililit hutang. Salah satu orang tempat ayahnya berhutang mengambil dia sebagai pengganti pembayaran. Dia menjadi istri dari putra saudagar itu, tetapi dia "membawa perselisihan dan permusuhan di dalam rumah itu."

Dalam kehidupannya yang terakhir, tak peduli seberapa keras dia mencoba, tak ada keluarga yang mau menerimanya sebagai istri untuk waktu yang lama. Beberapa kali ayahnya yang bajik menikahkannya dengan pelamar yang cocok, dia mencoba menjadi istri yang sempurna, tetapi setiap kali dia dicampakkan. Kegagalan memperoleh suami yang sesuai menciptakan kesempatan baginya untuk memutus siklus akibat karma. Setelah kehancuran pernikahannya yang ketiga, dia memutuskan masuk Sangha. Semua kekotoran batinnya

dilenyapkan dengan meditasi, pemahaman Empat Kebenaran Mulianya matang dan Isidasi menjadi seorang Arahat.

Dia juga memperoleh kemampuan untuk melihat kehidupan lampaunya dan karena itu dia melihat bagaimana keseluruhan rantai perbuatan buruk di masa lampau memberikan hasil yang berturut-turut hingga kehidupannya sekarang:

> *(Karena) Buah dari karma sayalah itu semua*
> *Dalam kehidupan terakhir ini masih juga menyiksa diriku*
> *Saya menunggui mereka sebagai budak mereka yang rendah.*

Baris terakhir dari puisinya mengesampingkan sepenuhnya semua masa lalu, kelahiran lampau dan penderitaan, dengan sebuah "auman singa": "Cukup! Semuanya itu sekarang saya telah mengakhirinya." (hal.163)

Dalam kisah Isidasi, kita memperoleh sejumlah gambaran yang bermanfaat tentang kerja karma yang tidak kenal ampun. Penderitaan yang telah ia alami karena perbuatan asu*sîla* bertahan selama tujuh kehidupan yang penuh derita. Tetapi benih kebijaksaan juga telah tertanam dan ketika kekuatan karma buruk telah habis, kekuatan *parami* yang telah ia ciptakan

sebelumnya menghasilkan buahnya. Oleh karena itu, Isidasi dapat menjadi seorang biksuni, memurnikan pikirannya dengan sempurna dan melenyapkan segala penyebab penderitaan yang akan datang. Permulaan, pertengahan dan akhir dari setiap kehidupan selalu disebabkan oleh sebab-sebab dan kondisi.

***

Kita telah selesai mengulas cerita-cerita dari para theri dan telah kembali pada sebab akibat tanpa inti yang berjalan sebagaimana adanya, tanpa adanya makhluk yang kekal yang melakukan perbuatan atau mengalami hasil. Rangkaian kehidupan tak terbatas yang terendam ketidaktahuan dan penderitaan akan diulang-ulang terus hingga terkumpulnya *parami* dan kebijaksanaan saat ini, dibantu oleh faktor lainnya, menjadi cukup kuat sehingga memungkinkan seseorang melihat menembus nafsu keinginan yang telah berulang kali mendorong berlanjutnya agregat-agregat. Melalui proses ini biksuni-biksuni dengan jelas memandang bahwa kemelekatan dan penolakan mereka merupakan sumber dari seluruh penderitaan mereka. Karena pandangan terang ini, mereka mampu memutus ikatan pengkondisian lama yang berdasarkan pandangan salah.

Dengan pengertian mereka yang sempurna mengenai penderitaan, Kebenaran Mutlak Pertama dan upaya

meninggalkan nafsu keinginan, Kebenaran Mutlak Kedua, praktek Jalan Utama Beruas Delapan, Kebenaran Mutlak Keempat disempurnakan. Mereka mencapai penghentian penderitaan, Kebenaran Mutlak Ketiga, pada masa hidup ini juga dan tidak akan terlahir kembali.

Syair-syair dari biksuni yang telah mencapai penerangan sempurna ini, menceritakan bagaimana mereka bertemu dengan Buddha, bagaimana mereka membangun kebijaksanaan dan *kamma* bajik lainnya selama banyak masa kehidupan-kehidupan sebelumnya, bagaimana mereka mengerti ajaran Buddha, dan bagaimana mereka mencapai tingkat kesucian Arahat, memberikan kita inspirasi dan petunjuk. Mereka dapat membantu kita, umat Buddha saat ini, untuk berlatih meditasi Vipassana dan memperoleh pemahaman mendalam mengenai penderitaan dan penyebabnya, Kemudian, kita juga akan mampu melepaskan semua nafsu keinginan dengan mengembangkan kebijaksanaan. Kita dapat menggunakan nasehat-nasehat dari para theri untuk membantu kita dalam melenyapkan penderitaan kita sendiri.

Karena berterimakasih atas bantuan mereka, semoga kita semua mengikuti langkah dari biarawati-biarawati mulia ini, putri sesungguhnya dari Buddha. Semoga pikiran kita sempurna dalam kebijaksanaan, sempurna dalam kemurniaan, dan bebas dari semua kemungkinan penderitaan di masa mendatang.

Tentang Pengarang

Susan Elbaum Jootla lahir di kota New York tahun 1945 dan memperoleh gelar B.A dan M.A dalam Ilmu kepustakaan (Ilmu mengorganisir dan menggunakan perpustakaan) dari University of Michigan. Ia menikah dengan seorang pria India, Balbir S. Jootla, dan tinggal dengannya di stasiun bukit Himalaya Barat di kota Dalhousie, Kanada. Mereka berdua telah mempraktekkan meditasi Vipassana dalam tradisi alm. Sayagyi U Ba Khin dari Burma sejak tahun 1970 dan sekarang merupakan siswa dari muridnya yang terkemuka, *Mother Sayama*, yang memimpin Pusat Meditasi Internasional di Inggris dan Rangoon. Karya lain Susan Elbaum yang diterbitkan BPS (Buddhist Publication Society) adalah "Right Livelihood: The Noble Eightfold Path in the Working Life" (Penghidupan yang Benar: Jalan Mulia Beruas Delapan dalam Kehidupan Bekerja) dalam *The Buddhist Layman* (Wheel No.294/295) dan *Investigation for Insight* (Wheel No.301/302). Bukunya yang berjudul *Buddhism in Practice*, mengenai meditasi tradisi U Ba Khin, dijadwalkan terbit oleh Motilal Banarsidass di India.

Penerbitan PVVD

Penerbitan PVVD ada sejak tahun 1980 dan berlokasi di jalan Ir. H. Juanda nomor 5, Bandung. Penerbitan PVVD adalah salah satu divisi dari kepengurusan Pemuda Vihara Vimala Dharma (PVVD) yang bertujuan menyebarluaskan Buddha Dharma yang sederhana dan praktis melalui berbagai media, baik berupa buku dan CD audio yang dibagikan secara gratis. Sampai saat ini, penerbitan PVVD telah menerbitkan 34 buku Dharma dan dua CD audio.

CD audio yang telah diterbitkan antara lain:
1. Mengenal Buddha Dharma 1
2. Mengenal Buddha Dharma 2 – Mei 2008

Buku-buku yang telah diterbitkan antara lain:
1. Buddhayana – 1980
2. Sammaditthi – 1980
3. Hidup Bahagia dengan Meditasi – 1980
4. Ajaran Sang Buddha untuk Mereka yang Berumah-tangga – 1981
5. Diktat Kuliah Agama Buddha – 1982
6. Bunga Rampai dari Meditasi ke Samadhi – 1983
7. Resep-resep Makanan Vegetaris – 1983
8. Apa yang dapat Kita Pelajari dari Agama Buddha – 1987
9. Meditasi dalam Kehidupan Modern – 1987
10. Inspirasi dari Dhammapada – 1988
11. Kumpulan Sabda Sang Buddha – 1988
12. Kebahagiaan Duniawi – 1988
13. Pengenalan terhadap Agama Buddha – 1989
14. Dharma Keseharian – 1990
15. Sari Ajaran Sang Buddha – 1990

16. Jataka - Kumpulan Cerita Pilihan – 1991
17. Agama Buddha Bagi Pemula – 1992
18. Konsep Dasar Buddhisme – 1993
19. Mengapa Bingung Beragama Buddha? – 1994
21. Anuruddha Si Mata Dewa – 1997
22. Cerita Jataka - Kisah Sang Rusa – 1999
23. Menuju Keharmonisan Hidup Bermasyarakat – 1999
24. Tuntutan Puja Bakti Mahayana & Tantrayana – 1999
25. Avamangala Sutta – 2000
26. Menjadi Pelita Hati – 2000
27. Menumbuhkan Hati yang Baik – 2000
28. Tuntunan Upacara Pemberkahan Pernikahan – 2001
29. Jangan Ada Dukkha Diantara Kita - Ven. Master Sheng Yen – 2005
30. Menyembuhkan Diri, Mengatasi Derita - Ven. Master Thich Nhat Hanh – 2008
31. Jadikan Batinmu Seluas Samudra - Ven. Lama Thubten Yeshe – 2008 *
32. Ajaran Agung Para Guru – 2009 *
33. Segenggam Pasir Pemberian Guru – 2010 *
34. Kisah Inspiratif Puteri Buddha – 2012*

*** Masih Tersedia, yang lainnya tidak tersedia lagi**

Daftar Donatur

Sabba Danam Dhamma Danam Jinati
(Diantara semua pemberian, Dhamma dana adalah yang tertinggi)

Terima kasih kepada para donatur yang ikut serta membantu memutar roda dharma melalui penerbitan buku. Semoga jasa kebajikan penerbitan buku ini melimpah kepada semua makhluk dan semoga semua makhluk memperoleh kebahagiaan

Bandung

Alm. Jo Liang Bin	227
Charles	11
Loe I & Keluarga	2
Lani	11
Catherine	5
Wilky & Keluarga	45
Habbidah J.	11
Rusliad	23
Phelia	11
S.Sunarya	2
Yuyun	45
Cindy	11
Syane	5
Teteng	11
Eddy	11
Taniadi	2

Mellin Oct.	2
Nathania L.	2
Intan V.	2
Eldwin	2
Andreas Wijaya	5
Siung	5
AW	5
Cylcilia	5
Liem Tjoen Pek dan Kel.	16
Dana Umat VVD*	1662

Medan

Bpk. Bustaman & Kel	341
Hermanto	6

Jakarta

Liana Fiony	11

*Dana Umat VVD yang terkumpul melalui kotak dana

AKAN TERBIT

Buddhisme dan Sains

Dewasa ini, perkembangan ilmu pengetahuan telah membuka beberapa hal penting yang belum pernah diketahui manusia selama ini. Datangnya bencana alam, terungkapnya teori evolusi, termasuk hadirnya berbagai kasus yang berkaitan dengan reinkarnasi, merupakan contoh berbagai peristiwa hangat yang terjadi belakangan, namun tidak pernah dapat dijelaskan secara mengena. Hadirnya Buddhisme sebagai salah satu agama tertua di dunia, ternyata mampu menjawab berbagai permasalahan tersebut secara logis dan dapat dibuktikan.

Pada zaman dulu, Buddha telah membabarkan hukum yang mengatur segala fenomena di bumi, mencakup Utu Niyama (hukum fisika, fenomena anorganik), Bija Niyama (hukum biologis, fenomena organik), Kamma Niyama (hukum sebab-akibat), Citta Niyama (hukum psikologis), dan Dhamma Niyama (hukum kebenaran). Hal ini cukup mengejutkan, dimana terdapat keterkaitan yang sangat dalam antara hukum-hukum tersebut dengan sains. Munculnya berbagai bencana alam yang menerpa bumi Indonesia misalnya, mampu diterangkan dari adanya hukum fisika dan bisa juga karena kesalahan

manusia (sebab-akibat). Hukum fisika mengatur kerja alam, yaitu siklus hujan, namun manusia banyak yang menebang pohon sembarangan, menyebabkan timbulnya bencana seperti banjir.

Konsep Ehipassiko yang pernah dijelaskan oleh Buddha juga telah menjadi konsep yang sangat sejalan dengan perkembangan sains. Sebuah teori sains yang telah ada, bukan untuk diterima mentah-mentah. Konsep Ehipassiko justru mengajak kita untuk menjadi pesimis terhadap suatu teori sains yang bahkan sudah sangat dipegang teguh oleh para ilmuwan, lalu menyelidiki dan membuktikannya. Bagaimana pun, konsep Ehipassiko ini menjadi sesuatu yang unik, karena mengajak manusia untuk bersikap ilmiah dan logis. Pemikiran yang skeptis terhadap suatu teori sains akan semakin memperkokoh fondasi dari sains itu sendiri.

Menilik bahwa adanya keterkaitan yang sangat menarik antara Buddhisme dan sains, Divisi Penerbitan Vihara Vimala Dharma mengadakan Lomba Menulis Artikel (LMA) PVVD 2011 dengan mengangkat tema “Buddhisme dan Sains”. Buku ini adalah kompilasi beberapa karya terbaik peserta LMA PVVD 2011. Melalui buku ini, diharapkan bumi kita tercinta mendapatkan berbagai solusi-solusi baru untuk mengatasi fenomena-fenomena alam yang dapat dipecahkan secara Buddhisme. Selain itu, diharapkan pula agar para pemuda di Indonesia semakin aktif untuk meningkatkan harmonisasi Buddhisme di Indonesia melalui budaya menulis.

Untuk kritik dan saran, silahkan hubungi:
Penerbitan Vihara Vimala Dharma
Alamat : Jl. Ir. H. Juanda No. 5, Bandung
Jawa Barat - 40116
No.tlp : (022) 4238696
No.HP : 0813 2283 0133**
Email : penerbitanpvvd@yahoo.com

Untuk umat yang ingin berdana atau mendedikasikan jasa-jasa kebajikan dalam bentuk buku atau CD, bisa langsung transfer ke: Rek.BCA 0631299392 a.n. Monita lalu sms ke 081322830133 dengan format: nama donatur, alamat, dedikasi untuk, nomor handphone, jumlah dana.

** Andrian Hartanto Limongan
Koordinator Penerbitan 2011-2012